



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Masell*

Директор _____



МЕНЮ

на 7 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед **ОВЗ**

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр		27,20
2	000770	Каша пшённная жидкая на воде	141,25	2,88	5,82	19,63	200		3,21
3	001524	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,45
4	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10%	22,52
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	38,37	1,28	0,4	7,4	16		1,69
			360,53	15,01	15,75	38,22			57,07
Обед									
1	001699	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		57,15
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	160,96	14,2	5,96	12,48	200/50/1		54,09
3	002102	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50		43,54
4	001604	Полба припущенная Диета БМ	217,93	5,91	6,15	34,79	150		15,05
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,13	1,44	0,45	8,32	18		1,90
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,04	1,33	0,41	8,52	18		1,86
			748,52	33,75	25,72	94,38			189,03
			1 109,05	48,76	41,47	132,6	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

Зел

(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

ИВ

(подпись)

Начальник отдела безопасности _____

Степановичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
И.Н. Маселл

Директор _____

МЕНЮ

на 5 - 6 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,37	21,73	0,96	180		47,64
2	000800	Напиток кокосовый с какао с вит С	65,4	1,29	3	8,45	200		26,17
3	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%	30,52
4	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,57
			448,08	21,63	25,55	32,64			106,90
Обед									
1	001506	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30		36,09
2	002234	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф БМ	156,21	6,39	10,57	8,5	250/20/1		27,63
3	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90		52,60
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		15,12
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		3,73
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	50,15	1,47	0,47	10,03	18		2,33
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,70
			571,54	30,65	18,85	69,73			139,20
			1 019,62	52,28	44,4	102,37		Итого за день	246,10
Четверг									
Завтрак									
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150		57,22
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
3	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	20%	44,16
4	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	65,43	1,91	0,61	13,09	24		3,04
			647,74	20,66	18,48	99,47			107,51
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80		27,25
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		22,84
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150		19,04
5	002341	Напиток яблочно-клюквенный	43,5	0,1	0,08	10,73	200		12,82
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,57
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	52,25	1,68	0,28	10,74	26		2,10
			434,44	11,18	16,33	72,03			138,59
			1 082,18	31,84	34,81	171,5		Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

Зел
(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

ВВ
(подпись)

Начальник отдела безопасности _____

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Комбинат школьного питания "Центральный"
г. Сарова И.Н. *Masell*

Директор



МЕНЮ

на 3 - 4 Март 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	164,25	10,62	13,28	0,59	110		29,11
2	001059	Каша на рисовом молоке "Дружба"	206,8	2,75	7,87	31,87	200/5		22,39
3	000003	Чай чёрный без сахара					198		0,34
4	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%	30,52
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,76
			479,95	16,32	21,71	55,01			84,12
Обед									
1	001699	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		57,15
2	002005	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БМ	128,75	2,06	6,68	14,8	250		27,81
3	002194	Мясо тушеное с овощами (свинина)	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40		46,69
4	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,27
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	22,57
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,58	1,78	0,55	11,4	24		2,49
			692,94	22,62	28,47	84,72			161,98
			1 172,89	38,94	50,18	139,73	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001567	Говядина отварная п/ф	141,64	12,02	10,31	0,25	40		65,97
2	001607	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150		9,99
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	50,31
5	000020	Хлеб ржаной "Московский"	46,8	1,83	0,33	9,11	25		2,18
			489,36	18,2	16,69	64,97			129,81
Обед									
1	001408	Салат "Витаминный" из свежей капусты	81,06	1,85	5,2	6,52	100		7,59
2	002036	Суп картофельный с рисом с мясом и с зеленью БМ	197,03	8,14	10,54	17,48	250/20/1		45,38
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		42,33
4	001611	Макаронные изделия отварные (рожки) БМ	267,94	6,66	6,47	45,76	150		8,75
5	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200		8,62
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20		1,87
7	000020	Хлеб ржаной "Московский"	37,4	1,46	0,26	7,28	20		1,75
			900,66	36,18	40,23	97,39			116,29
			1 390,02	54,38	56,92	162,36	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

ABT
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Директор _____
(подпись) *Маной*

И.Н. _____
Manoil

МЕНЮ

на 7 Март 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	001405	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5		37,65
3	001524	Чай с лимоном и сахаром	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,45
4	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	18,30
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,18	0,94	0,39	7,2	16		10,18
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	35,15	0,28	0,4	7,69	15		10,03
			408,73	13,71	13,74	57,58			94,59
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80		27,25
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1		46,72
3	001213	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9	173,12	10,15	12,6	4,26	40/50		42,03
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150		10,04
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	35,61	0,92	0,39	7,09	15		10,03
			641,19	28,69	23,57	77,19			151,51
			1 049,92	42,4	37,31	134,77	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

Зел

(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

AB

(подпись)

Начальник отдела безопасности _____

Степановичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Marsell*

Директор



МЕНЮ

на 5 - 6 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход*	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	002806	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75		10,77
2	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	150		72,93
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	23,1	0,6	0,25	4,6	10		6,50
5	002026	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	20%	6,44
			386,79	26,18	17,55	29,69			96,98
Обед									
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
2	002212	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом,сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		31,39
3	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90		52,60
4	001873	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145		21,03
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		3,73
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,27	1,12	0,47	8,62	19		12,18
			569,49	29,87	23,09	59,9			149,12
			956,28	56,05	40,64	89,59		Итого за день	246,10
Четверг									
Завтрак									
1	002103	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150		57,22
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
3	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		9,75
4	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	16,77
			471,76	19,53	18,83	56,64			86,83
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	002750	Суп-лапша из бедра куриного с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	219,38	7,65	11,19	21,58	250/20/1		34,66
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150		19,04
5	002341	Напиток яблочно-клюквенный	43,5	0,1	0,08	10,73	200		12,82
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	33,34	0,87	0,36	6,64	14		9,38
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	32,94	0,26	0,38	7,21	14		9,39
			481,05	12,55	15,66	72,26			159,27
			952,81	32,08	34,49	128,9		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зай
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

AB
(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Директор
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор

МЕНЮ

на 3 - 4 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5		24,77
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,85	0,96	0,4	7,34	16		10,37
5	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	16,77
			350,21	14,65	13,37	42,48			68,23
Обед									
1	001699	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		57,15
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		41,01
3	002149	Мясо тушеное с овощами (свинина) п/ф БГ	169,85	9,91	12,71	3,27	40/50		38,06
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	151,16	4,59	4,01	23,86	130		8,70
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	22,57
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,89	0,96	0,4	7,35	16		10,38
			588,08	20,58	23,58	71,42			177,87
			938,29	35,23	36,95	113,9		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5		24,77
2	000960	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	10%	15,14
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
			294,37	11,43	11,39	36,2			61,29
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	002224	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью п/ф	152,02	4,76	8,79	13,52	250/10/10/		31,04
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		42,33
4	000336	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	185,23	2,97	3,61	35,83	130		62,14
5	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200		8,62
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	33,19	0,86	0,36	6,61	14		9,34
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	32,76	0,26	0,37	7,17	14		9,33
			682,03	25,86	30,81	75,38			184,81
			976,4	37,29	42,2	111,58		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зед

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

ВВ

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Ларасова И.Н. *И.Н. Ларасова*

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 7 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед **ОВЗ**



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	НДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65			15,98
2	000257	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	175,7	5,73	7,09	20,96	200/5	21,51
3	000960	Кефир	100	6	5	7,8	200	10%
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	41,31	1,27	0,4	8,18	17	1,79
			452,43	17,67	16,69	55,69		112,36
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1	46,72
3	001213	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9	173,12	10,15	12,6	4,26	40/50	42,03
4	001328	Полба припущенная	178,57	5,17	4,15	30,21	130	17,57
5	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	41,31	1,27	0,4	8,18	17	1,80
			564,74	28,9	23,15	59,59		133,74
			1 017,17	46,57	39,84	115,28	Итого за день	246,10

Шеф-повар

В.С.

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

В.В.

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степонавичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гварсова И.Н. *Maxell*

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 5 - 6 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Угле	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	150		72,93
2	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		15,96
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
4	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,57
			420,29	31,3	14,83	37,81			106,02
Обед									
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
2	002212	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		31,39
3	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90		52,60
4	001873	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145		21,03
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,96
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	47,46	1,39	0,45	9,49	17		2,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,70
			589,68	31,46	23,29	62,97			140,08
			1 009,97	62,76	38,12	100,78	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001567	Говядина отварная п/ф	141,64	12,02	10,31	0,25	40		65,97
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150		10,04
3	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,58
4	000083	Фрукт киви свежее	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10%	22,52
5	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20		1,62
			396,45	19,32	15,49	42,77			102,73
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	002750	Суп-лапша из бедра куриного с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	219,38	7,65	11,19	21,58	250/20/1		34,66
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
4	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150		19,04
5	002352	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	11,5	0,1	0,08	2,73	200		11,80
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	49,07	1,43	0,46	9,81	18		2,28
7	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20		1,61
			472,24	14,15	15,6	68,52			143,37
			868,69	33,47	31,09	111,29	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

ВВ

(подпись)

Начальник отдела безопасности

ВВ

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



Директор
Гарасова И.Н. *Garasova*

Директор



МЕНЮ

на 3 - 4 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОБЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5		18,08
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	169,22	5,99	7,09	19,05	200/5		20,82
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		20,89
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
			364,88	17,29	16,14	36,44			60,13
Обед									
1	001699	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		57,15
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		41,01
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		48,27
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150		10,04
5	000305	Напиток из смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		15,74
6	000074	Фрукт яблоко свежее	37,6	0,38	0,32	7,84	80	10%	11,65
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48,58	1,5	0,47	9,61	20		2,11
			619,32	24,81	28,35	63,6			185,97
			984,2	42,1	44,49	100,04	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	167,53	6,31	7,09	19,39	200/5		20,87
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		15,14
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
			270,84	12,01	11,14	30,44			57,39
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	002068	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью*	186,76	7,9	11,42	12,9	250/20/10/		51,07
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		42,33
4	000336	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	185,23	2,97	3,61	35,83	130		62,14
5	002323	Напиток из ягод Вишенка без сахара	8,75	0,2	0,13	1,75	200		7,60
6	000018	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20		1,87
7	000020	Хлеб ржаной "Московский"	36,5	1,42	0,25	7,1	20		1,69
			705,72	30,88	33,13	70,68			188,71
			976,56	42,89	44,27	101,12	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

AB

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Maxell*

Директор



МЕНЮ

на 3 - 7 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	001681	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200	2,62
4	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,00
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	44,31	1,37	0,42	8,77	18	1,92
			579,45	17,2	44,01	69,75		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	51,97
3	001587	Картофель отварной БМ	163,93	3,09	5,61	25,18	150	18,01
4	000006	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7	3,22
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	44,72	1,5	0,46	8,63	18	1,97
			251,59	5,56	6,27	42,4		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001506	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
2	001273	Филе куриное тушеное с овощами	98,56	11,06	4,45	3,45	50/40	42,24
3	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
4	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	000074	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,52	0,44	10,78	110	16,02
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	74,47	2,18	0,7	14,89	27	3,45
			484,73	20,32	11,91	72,87		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
2	000293	Пюре картофельное Диета БМ	162,96	2,91	6,24	23,7	170	17,14
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	17,47
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	67,37	1,97	0,63	13,47	24	3,14
			449,77	27,42	13,46	53,63		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001677	Поджарка из мяса (свинина)	235,14	12,89	16,59	7,84	50/50	57,26
2	001347	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,63	1,53	0,47	8,81	19	2,01
5	001429	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
			465,54	18,66	19,08	53,71		107,70

Шеф-повар

Зей

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

В.Ю.

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Комбинат школьного питания "Центральный"
Зарасова И.Н. *Mapell*

Директор



МЕНЮ

на 3 - 7 Март 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	001121	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным диета 9	167,01	6,14	7,95	16,88	200/2/5	34,04
3	000959	Молоко питьевое кипяченое	95,4	5,4	4,5	7,02	180	19,87
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	54,48	1,7	0,47	10,83	20	2,05
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,38	1,52	0,47	9,77	21	2,14
7	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,29
			530,28	23,59	21,14	59,26		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	51,97
3	002662	Картофель мятый	161,66	3,33	4,49	26,91	160	22,97
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,18	1,51	0,47	8,72	19	1,99
			273,58	5,72	10,12	39,4		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	002001	Фрикассе из филе куриного	142,63	10,48	9,25	4,2	45/45	49,43
3	001331	Гречка отварная рассыпчатая	191,86	5,83	5,1	30,28	165	11,05
4	000960	Кефир	90	5,4	4,5	7,02	180	18,17
5	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	64,78	1,89	0,61	12,96	23	3,02
			511,45	24,22	19,63	58,97		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	6	0,26	0,04	1,25	40	11,00
2	002314	Котлета рубленая из минтая БГ	145,16	14,94	3,43	13,47	90	55,62
3	001873	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	46,7	1,37	0,44	9,34	17	2,18
			385,99	20,42	8,43	55,96		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	51,53
3	001347	Овощи тушеные	60,79	2,91	1,43	8,92	165	16,68
4	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	47,9	1,6	0,49	9,24	20	2,11
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	41,54	1,28	0,4	8,22	17	1,80
			468,61	25,24	24,64	35,39		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Калькулятор

А.С.

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

А.В.

(подпись)

Начальник отдела безопасности

В.Ю.

Степановичус В.Ю.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Марселл*

Директор

(подпись)

Муниципальное автономное учреждение
"Центрального района"
г. Донецьк

№ 10/2024/45134 ИИН 7202075571

Для документа

МЕНЮ

на 3 - 7 Март 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
Понедельник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14 шт/10 гр	11,25	
2	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31	29	31,97	
3	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	200/5	24,77	
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01			200	0,34	
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,08	1,07	0,44	18	11,56	
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	38,76	0,31	0,44	17	11,05	
7	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	45	16,76	
			507,73	19,05	24,76	51,89	107,70	
Вторник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	6	0,26	0,04	1,25	40	11,00
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	51,97
3	002662	Картофель мятый	151,56	3,12	4,21	25,23	150	21,53
4	000006	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7	3,22
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	35,54	0,92	0,38	7,08	15	10,00
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,97	0,28	0,4	7,65	15	9,98
			256,61	4,85	5,07	47,65	107,70	
Среда								
Завтрак								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	002001	Фрикассе из филе куриного	142,63	10,48	9,25	4,2	45/45	49,43
3	001331	Гречка отварная рассыпчатая	191,86	5,83	5,1	30,28	165	11,05
4	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	71,65	1,86	0,78	14,27	31	20,17
			460,32	18,79	15,3	61,26	107,70	
Четверг								
Завтрак								
1	002314	Котлета рубленая из минтая БГ	145,16	14,94	3,43	13,47	90	55,62
2	001873	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	44,99	1,17	0,49	8,96	19	12,67
			394,28	19,96	8,44	58,33	107,70	
Пятница								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65	14,5	14,5	15,98
2	001619	Поджарка из мяса (свинина) Диета БГ	209,99	11,78	14,96	6,14	45/45	49,37
3	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	40,34	1,05	0,44	8,03	17	11,35
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	39,29	0,31	0,45	8,6	17	11,21
			435,21	19,76	20,88	40,84	107,70	

Шеф-повар

Бел

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

Степановичус В.Ю.

(подпись)

Начальник отдела безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)

Степановичус В.Ю.