



Комитет школьного питания "Центральный"  
Сарасова И.Н. \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

на 16 - 17 Апреля 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет заваривание-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	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	14,56
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	1,81
			<b>406,03</b>	<b>31,06</b>	<b>14,74</b>	<b>34,67</b>	<b>105,26</b>	
<b>Обед</b>								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы ) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	001292	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/	34,72
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	53,33
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150	18,51
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	35,41	1,19	0,37	6,83	15	1,56
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36,12	1,11	0,35	7,15	15	1,57
			<b>609,18</b>	<b>30,99</b>	<b>25,31</b>	<b>63,97</b>		<b>140,84</b>
			<b>1 015,21</b>	<b>62,05</b>	<b>40,05</b>	<b>98,64</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002197	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	243,17	14,84	17,94	4,7	60/30	60,54
2	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	20,18
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
			<b>598,46</b>	<b>28,35</b>	<b>29,33</b>	<b>53,71</b>		<b>90,34</b>
<b>Обед</b>								
1	001506	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
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	002354	Напиток фруктово-ягодный с брусникой без сахара	10,25	0,15	0,1	2,1	200	10,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	42,23	1,3	0,4	8,36	18	1,83
			<b>477,75</b>	<b>14,48</b>	<b>15,63</b>	<b>69,23</b>		<b>155,76</b>
			<b>1 076,21</b>	<b>42,83</b>	<b>44,96</b>	<b>122,94</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*(подпись)*

Диетолог \_\_\_\_\_

*(подпись)* Основина О.И.

Мед. работник \_\_\_\_\_

*(подпись)*

Директор по производству-Начальник отдела технологии, качества и пищевой безопасности

*(подпись)* Степанавичус В.И.



Директор  
Гарасова И.Н. \_\_\_\_\_

Директор



### МЕНЮ

на 18 - 19 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001579	Сыр "Российский" порционно	35,45	2,45	2,85		8,82	
2	002061	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	168,55	6,08	7,59	17,92	200/2/5	34,02
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	20,89
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	50,69	1,48	0,48	10,14	18	2,36
			<b>359,08</b>	<b>16,07</b>	<b>15,93</b>	<b>36,67</b>		<b>68,67</b>
<b>Обед</b>								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	001959	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,52	12,74	17,9	3,99	50/40	61,96
4	001332	Кускус припущенный	151,16	4,59	4,01	23,86	130	20,39
5	002824	Напиток из смородины с сорбитом	40,61	0,25	0,1	9,67	200	26,39
6	000020	Хлеб ржаной "Московский"	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
			<b>613,55</b>	<b>29,3</b>	<b>28,23</b>	<b>59</b>		<b>177,43</b>
			<b>972,63</b>	<b>45,37</b>	<b>44,16</b>	<b>95,67</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	20,18
3	001278	Цикорий диета на кокосовом молоке без сахара	48,8	0,7	1,8	7,5	200	18,58
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,78
			<b>417,68</b>	<b>23,94</b>	<b>23,12</b>	<b>28,24</b>		<b>83,90</b>
<b>Обед</b>								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	002259	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	213,66	6,85	10,78	21,85	250/20/1	41,61
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
4	001873	Пюре картофельное	147,99	3,54	4,38	23,35	160	23,21
5	000312	Напиток яблочный диета 9	12,25	0,1	0,1	2,45	200	6,28
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	56,01	1,8	0,31	11,51	28	2,23
			<b>586,56</b>	<b>34,73</b>	<b>21,76</b>	<b>62,15</b>		<b>162,20</b>
			<b>1 004,24</b>	<b>58,67</b>	<b>44,88</b>	<b>90,39</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Зел*  
(подпись)

Диетолог

*О.И.*  
(подпись)

Основина О.И.

Мед. работник

*ВЗ*  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

*В.И.*  
(подпись)

Степанавичус В.И.



школьного питания "Центральный"  
Тарасова И.Н. \_\_\_\_\_



## МЕНЮ

на 14 - 18 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001955	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	64,65	
2	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	37,10	
3	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	2,58	
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	53,75	2,01	0,78	9,33	3,37	
			<b>527,88</b>	<b>12,94</b>	<b>19,64</b>	<b>74,18</b>	<b>107,70</b>	
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001579	Сыр "Российский" порционно	53,18	3,68	4,28	15	13,23	
2	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	72,93	
3	000960	Кефир	80	4,8	4	6,24	16,15	
4	001013	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	2,58	
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	66,51	2,19	0,37	13,63	2,81	
			<b>458,87</b>	<b>36,22</b>	<b>19,62</b>	<b>32,81</b>	<b>107,70</b>	
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002584	Жаркое "По-деревенски" с мясом	244,48	11,98	12,64	20,04	40/150	52,96
2	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
3	000086	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	54,94	1,84	0,57	10,6	23	2,41
			<b>412,92</b>	<b>15,04</b>	<b>13,94</b>	<b>55,88</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001619	Поджарка из мяса (свинина) Диета БГ	233,32	13,09	16,62	6,83	50/50	54,85
2	001191	Булгур с овощами	209,92	5,55	5,23	34,6	150	22,78
3	002354	Напиток фруктово-ягодный с брусникой без сахара	10,25	0,15	0,1	2,1	200	10,40
4	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	17,47
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,54	1,56	0,48	10	21	2,20
			<b>560,43</b>	<b>20,91</b>	<b>22,91</b>	<b>65,29</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	18,40
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	161,32	5,73	7,29	17,27	200/2/5	33,30
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	93,41	2,73	0,88	18,68	34	4,33
			<b>387,77</b>	<b>13,07</b>	<b>12,36</b>	<b>54,49</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Директор по производству-Начальник отдела технологии, качества и пищевой безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Комитет школьного питания "Центральный"  
Тарасова И.Н. \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_



### МЕНЮ

на 18 - 19 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
<b>Пятница</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40		13,60
2	000252	Каша из 5 злаков с клубникой на рисовом молоке	174,37	2,03	7,77	24,07	200/2/5		32,57
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	50,31
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,58
			<b>395,56</b>	<b>9,51</b>	<b>13,44</b>	<b>58,18</b>			<b>102,15</b>
<b>Обед</b>									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80		27,25
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		34,42
3	002195	Мясо тушеное с овощами (свинина) п/ф	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40		46,69
4	001602	Кускус припущенный Диета БМ	149,5	4,55	3,87	23,8	130		15,62
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,57
7	000020	Хлеб ржаной "Московский"	41,97	1,64	0,29	8,17	22		1,96
			<b>691,24</b>	<b>30,21</b>	<b>25,56</b>	<b>83,7</b>			<b>143,95</b>
			<b>1 086,8</b>	<b>39,72</b>	<b>39</b>	<b>141,88</b>		<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	238,91	15,44	19,31	0,85	160		42,35
2	000296	Цикорий диета на кокосовом молоке	72,8	0,7	1,8	13,5	200		19,35
3	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,77
4	000214	Джем Махеев абрикосовый	54,4			13,6	20	без НДС	9,18
5	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80		3,68
			<b>583,82</b>	<b>22,24</b>	<b>25,15</b>	<b>67,11</b>			<b>76,33</b>
<b>Обед</b>									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		27,51
2	001301	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью п/ф	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1		32,48
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5		66,86
4	001761	Пюре картофельное на рисовом молоке Диета БМ	153,27	2,6	5,93	22,29	150		18,34
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	22,57
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	50,37	1,62	0,27	10,35	25		2,01
			<b>647,25</b>	<b>33,86</b>	<b>23,08</b>	<b>75,57</b>			<b>169,77</b>
			<b>1 231,07</b>	<b>56,1</b>	<b>48,23</b>	<b>142,68</b>		<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*Зел*

(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_

*О*

(подпись)

Основина О

Мед. работник \_\_\_\_\_

*ВТ*

(подпись)

Начальник отдела безопасности \_\_\_\_\_

*В*

(подпись)

Степонавичус В.



Комбинат школьного питания "Центральный"  
Габасова И.Н. \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_

## МЕНЮ

на 14 - 15 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед-ужин



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У		Цена	
<b>Понедельник</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86	
2	001761	Пюре картофельное на рисовом молоке Диета БМ	153,27	2,6	5,93	22,29	150	18,34	
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36	
4	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10%	22,52
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	17	2,49	
			<b>375,48</b>	<b>26,66</b>	<b>12,93</b>	<b>36,2</b>		<b>111,57</b>	
<b>Обед</b>									
1	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78	
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	001604	Полба припущенная Диета БМ	217,93	5,91	6,15	34,79	150	15,05	
5	002040	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1 шт/200 мл	10%	27,04
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	40,28	1,35	0,42	7,77	17	1,77	
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	38,07	1,43	0,55	6,61	16	2,39	
			<b>772,39</b>	<b>24,36</b>	<b>32,83</b>	<b>93,05</b>		<b>134,53</b>	
			<b>1 147,87</b>	<b>51,02</b>	<b>45,76</b>	<b>129,25</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>	
<b>Вторник</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	001567	Говядина отварная п/ф	141,64	12,02	10,31	0,25	40	65,97	
2	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27	
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09	
4	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10%	22,52
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	1,44	
6	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1 шт/10гр	10%	20,02
			<b>462,43</b>	<b>20,89</b>	<b>17,25</b>	<b>53,71</b>		<b>118,31</b>	
<b>Обед</b>									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53	
2	002900	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины п/ф БМ	172,74	6,38	10,6	12,51	250/20	32,62	
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33	
4	001611	Макаронные изделия отварные (рожки) БМ	232,21	5,77	5,61	39,66	130	7,58	
5	000166	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	9,10	
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	48,43	1,42	0,45	9,69	17	2,25	
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32,43	1,07	0,18	6,65	16	1,38	
			<b>768,79</b>	<b>31,76</b>	<b>34,56</b>	<b>80,91</b>		<b>127,79</b>	
			<b>1 231,22</b>	<b>52,65</b>	<b>51,81</b>	<b>134,62</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>	

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*Зейф*  
(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_

*Основа*  
(подпись)

Основина О.И.

Мед. работник \_\_\_\_\_

*СВЗ*  
(подпись)

Начальник отдела безопасности \_\_\_\_\_

*Степонавичус*  
(подпись)

Степонавичус В.И.



### МЕНЮ

на 18 - 19 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
<b>Пятница</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	001579	Сыр "Российский" порционно	35,45	2,45	2,85		10		8,82
2	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5		23,30
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
4	001655	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	18,30
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,01
			<b>357,42</b>	<b>12,04</b>	<b>12,75</b>	<b>47,65</b>			<b>66,52</b>
<b>Обед</b>									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		34,42
3	001959	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,52	12,74	17,9	3,99	50/40		61,96
4	001607	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150		9,99
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	42,93	0,34	0,49	9,4	19		12,24
			<b>784,82</b>	<b>28,17</b>	<b>30,36</b>	<b>97,36</b>			<b>179,58</b>
			<b>1 142,24</b>	<b>40,21</b>	<b>43,11</b>	<b>145,01</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		43,36
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		15,14
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,01
			<b>339,69</b>	<b>21,34</b>	<b>20,31</b>	<b>17,59</b>			<b>71,85</b>
<b>Обед</b>									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
2	002259	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	213,66	6,85	10,78	21,85	250/20/1		41,61
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5		66,86
4	001873	Пюре картофельное	147,99	3,54	4,38	23,35	160		23,21
5	000170	Напиток яблочный	44,25	0,1	0,1	10,45	200		7,30
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	47,14	1,22	0,51	9,39	20		13,26
			<b>609,69</b>	<b>34,15</b>	<b>21,96</b>	<b>68,03</b>			<b>174,25</b>
			<b>949,38</b>	<b>55,49</b>	<b>42,27</b>	<b>85,62</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*Бел*  
(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_

*О*  
(подпись)

Основина О.

Мед. работник \_\_\_\_\_

*AB*  
(подпись)

Начальник отдела безопасности \_\_\_\_\_

*С*  
(подпись)

Степонавичус В. I