



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

Директор



МЕНЮ

на 1 - 2 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

на 1 - 2 Октября 2 025 г. Комплекс № 1 Диета сахарный диабет 2-го типа									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
		Завтрак							
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	268,66	20,25	15,61	11,78	150		85,99
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		18,57
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,38
			343,67	24,75	19,36	17,63			104,94
		Обед							
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	56,53	0,5	5,08	2,39	80		16,06
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		34,38
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22		3,67
			618,49	32,08	29,6	55,42			141,16
			962,16	56,83	48,96	73,05	Итого за день		246,10
Четверг									
		Завтрак							
1	002871	Каша молочная пшеничная Диета Сахарный диабет	140,91	6,63	3,77	19,79	200/5		19,14
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,44
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		1,86
			368,32	14,61	9,7	54,81			92,41
		Обед							
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	18	0,88	0,2	2,69	100		20,58
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		36,84
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001169	Рагу овощное	160,49	3,53	4,24	26,84	180		22,96
5	000310	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200		9,20
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		1,81
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13	15		1,67
			659,62	28,49	29,07	69,16			153,69
			1 027,94	43,1	38,77	123,97	Итого за день		246,10

Шеф-повар

БЗ
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АЗ
(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 3 - 4 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДБ	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	003302	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным без сахара	182,18	6,09	7,39	21,44	200/5		27,48
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		24,76
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,38
			380	17,8	16,73	37,61			77,08
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	16,5	0,78	0,15	2,9	100		19,99
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1		48,65
3	003347	Шурпа "По-деревенски"	313,84	14,85	19,38	19,03	60/150		77,49
4	000305	Напиток из смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,80
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	56,4	2,11	0,82	9,79	24		4,09
			545,83	29,7	26,28	46,03			169,02
			925,83	47,5	43,01	83,64	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001349	Омлет запеченный с сыром	274,01	19,41	20,42	2,79	170		59,58
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,44
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200		16,29
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,15
			485,81	30,05	28,38	26,59			103,46
Обед									
1	003298	Огурцы свежие	12	0,52	0,09	2,5	80		15,54
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		42,07
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,18
5	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,19
			464,9	29,14	18,81	44,41			142,64
			950,71	59,19	47,19	71	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Бел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись)



И.Н. Барасова И.Н. *Масел*

Директор



МЕНЮ

на 29 - 30 Сентября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

На 29 - 30 Сентября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160		5,66
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23		2,47
			427,77	19,47	18,6	44,8			70,27
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		15,54
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,25
3	003303	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,16	3,49	50/40		51,30
4	000337	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	223,98	1,31	4,44	44,67	160		52,84
5	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
			536,12	22,27	16,53	73,91			175,83
			963,89	41,74	35,13	118,71	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	167,8	6,1	7,6	17,75	200/2/5		39,52
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,44
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,95
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,57
			401,62	17,64	16,85	43,13			102,94
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		7,54
2	001220	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	171,56	6,7	10,23	12,97	250/20/10/		46,01
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		53,69
4	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160		25,15
5	000310	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200		9,20
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,57
			638,18	25,1	35,42	52,65			143,16
			1 039,8	42,74	52,27	95,78	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

(подпись)

Степановичус В.Ю.

Мед. работник

МБ
(подпись)



Школьного питания "Центральный"

Барасова И.Н.

Масел

Директор

МЕНЮ

на 1 - 2 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед



на 1 - Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,38	21,73	0,96			
2	000003	Чай чёрный	0,01						47,82
3	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	200		0,39
4	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр ТМ Dr. Korner	70,4	1,98	0,44	14,52	2шт/11гр	10%	3,36
			386,19	21,12	22,85	23,64			48,33
Обед									
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	56,53	0,5	5,08	2,39	80		
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		16,06
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		29,98
4	003289	Рис припущенный	225,22	4,49	5,55	44,03	160		65,94
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл							10,10
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	1шт/200 мл	10%	20,74
			611,04	30,7	27,98	63,57	20		3,38
			997,23	51,82	50,83	87,21	Итого за день		146,20
Четверг									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр		27,20
2	003373	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке	264,78	4,28	10,16	39,94	250/5		37,00
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,95
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21		2,31
6	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80		3,64
7	000220	Джем клубничный Махеев	54,4			13,6	20	без НДС	10,15
			709,5	20,96	24,02	102,64			96,76
Обед									
1	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,69
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		24,33
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001169	Рагу овощное	160,49	3,53	4,24	26,84	180		22,96
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,16
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,17
			693,3	23,56	32,58	86,77			149,34
			1 402,8	44,52	56,6	189,41	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

(подпись)

Степановичус В.Ю.

Мед. работник

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. _____

Директор _____

МЕНЮ

на 3 - 4 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

на 3 - - Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	149,32	9,65	12,07	0,53			26,57
2	000259	Каша на кокосовом молоке кукурузная с маслом Диета БМ БГ	209,64	2,82	8,5	30,25	200/5		35,19
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,37
			408,35	14,29	21,26	39,15			67,57
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	16,5	0,78	0,15	2,9	100		19,99
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1		48,65
3	003347	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/150		67,64
4	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	58,75	2,2	0,85	10,2	25		4,26
6	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	1шт/50гр	20%	18,85
			820,56	32,41	38,33	86,4			178,53
			1 228,91	46,7	59,59	125,55	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	253,84	16,41	20,52	0,91	170		45,16
2	000296	Цикорий диета на кокосовом молоке	72,8	0,7	1,8	13,5	200		21,92
3	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21		2,32
4	002230	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль клюквенный 11гр TM Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
			412,24	19,65	23,02	31,65			93,57
Обед									
1	003298	Огурцы свежие	12	0,52	0,09	2,5	80		15,54
2	001301	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью п/ф	130,49	2,79	5,86	16,31	250/20/1		32,86
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		15,27
5	003447	Нектар Ягода-сочнягода ТМ Моя семья 0,2л					1шт/200 мл	10%	20,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
			460,36	24,92	18,02	49,71			152,53
			872,6	44,57	41,04	81,36	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Технолог _____

(подпись)

Основина О.С. _____

Мед. работник _____

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степанавичус В.Ю. _____

(подпись)



Комитет школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *mapel*

Директор



МЕНЮ

на 29 - 30 Сентября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	315,37	14,96	12,84	34,48	40/160		45,94
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	002861	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%	30,81
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		2,59
			431,48	18,09	13,69	58,03			80,85
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		19,43
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БГ, БМ	129,24	2,41	6,69	14,64	250/10/1		31,92
3	003303	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,16	3,49	50/40		51,30
4	003281	Макароны в томатном соусе БМ	253,28	6,46	4,96	45,38	135/15		12,86
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
7	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,16
			691,18	26,45	17,6	106,4			165,25
			1 122,66	44,54	31,29	164,43	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр		27,20
2	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	174,37	2,54	7,77	23,69	200/2/5		38,12
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	62,92	2,11	0,65	12,14	26		2,81
			465,2	15,58	18,17	59,08			114,88
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		7,54
2	002900	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины п/ф БМ	172,74	6,7	10,23	12,97	250/20/10/		34,91
3	002077	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	200,48	12,4	14,86	3,7	50/40		56,41
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09	180		18,33
5	000164	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200		10,09
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,81
			739,49	26,6	36,67	73,8			131,22
			1 204,69	42,18	54,84	132,88	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Бел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

В
(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись)



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

Директор

МЕНЮ

на 29 Сентября - 3 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001566	Говядина отварная	141,64	12,04	10,32	0,24	40	77,63
2	001323	Томаты Черри	12,6	0,61	0,14	1,88	76	15,47
3	001036	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
4	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	24	2,20
			392,85	20,13	15,47	42,63		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	38,05
2	002061	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сл., диета 9	168,55	6,08	7,59	17,92	200/2/5	39,44
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200	26,21
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	1,56
			407,8	21,03	20,1	32,9		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	301,44	21,72	23,28		120	64,52
2	001347	Овощи тушеные	66,31	3,18	1,56	9,73	180	15,82
3	000960	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	18,57
4	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	70,5	2,64	1,02	12,24	30	5,07
			523,15	32,12	29,69	29,78		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	65,94
2	001595	Полба отварная с овощами	189,36	5,12	5,51	29,8	150	21,55
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,95
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26	2,82
			427,23	25,13	12,62	52,65		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	76,06	1,85	5,2	5,28	100	7,54
2	002870	Плов ароматный из булгура с мясом	373,39	18,42	16,35	36,77	60/150	73,89
3	000302	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	75,02	2,51	0,78	14,48	31	3,28
5	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр					1шт/20 гр	19,27
			534,37	22,86	22,41	58,49		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)



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

Директор

МЕНЮ

на 29 Сентября - 3 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001566	Говядина отварная	141,64	12,04	10,32	0,24	40	77,63
2	001045	Гречка отварная БМ	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	22,90
			401,54	19,42	17,33	41,62		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	38,05
2	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5	27,93
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	16,12
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	23,31
			412,79	17,27	17,21	45,59		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	48,39
2	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	13,18
3	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	22,40
5	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,12
			414,96	23,05	20,91	32,39		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	65,94
2	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	18,58
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	20,89
			320,89	21,95	8,32	39,49		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	7,55
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	61,03
3	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200	19,14
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	19,98
			483,37	18,06	19,52	61,33		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

ЛВ

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.

(подпись)





Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *Масел*

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 29 Сентября - 3 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001323	Томаты Черри	12,6	0,61	0,14	1,88	70	15,47
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	315,37	14,96	12,84	34,48	40/160	45,94
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	1,88
5	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	42,90
			444,88	17,07	13,42	63,17		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	003490	Каша из 5 злаков с клубникой и яблоком на кокосовом молоке	213,01	3,1	9,54	28,79	240/2/5	45,65
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	43,76
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,81
			526,2	12,56	15,37	83,48		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	48,39
2	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	13,18
3	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,95
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,30
6	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	23,27
			446,57	22,46	20,23	41,45		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	65,94
2	003079	Картофельные дольки по-деревенски	162,62	3,91	2,11	31,88	180	22,30
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,95
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,22
			401,41	23,47	9,08	55,82		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	7,54
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	61,03
3	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200	19,14
4	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл					1шт/125мл	17,88
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,11
			492,5	18,66	19,59	62,85		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Габасова И.Н. *Масел*

Директор

МЕНЮ

на 1 - 2 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	250,75	18,9	14,57	10,99	148		80,25
2	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	001495	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	10%	16,12
			304,6	21,06	16,57	17,79			96,76
Обед									
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	42,4	0,38	3,81	1,79	60		12,05
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		34,38
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14		17,01
			620,35	29,31	27,17	69,37			149,34
			924,95	50,37	43,74	87,16	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5		29,36
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	20,80
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		17,63
			311,98	10,06	10,12	45,48			69,30
Обед									
1	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,69
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		36,84
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001169	Рагу овощное	160,49	3,53	4,24	26,84	180		22,96
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,96	0,96	0,4	7,36	16		19,28
			739,84	27,28	32,45	83,32			176,80
			1 051,82	37,34	42,57	128,8	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

МБ

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степанавичус В.Ю.

(подпись)

АО "Комбинат школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н. *Mapell*

Директор



МЕНЮ

на 3 - 4 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак, обед, ужин

на 3 - 4 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ужин									
№ 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		19,02
2	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5		27,93
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19		21,93
			308,21	11,17	11,53	38,33			71,17
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,62	0,12	2,32	80		15,99
2	001421	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1		48,65
3	003347	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/150		67,64
4	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		23,51
			563,71	27,9	25,2	55,02			174,93
			871,92	39,07	36,73	93,35	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001349	Омлет запеченный с сыром	241,77	17,13	18,02	2,46	150		52,57
2	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	20,80
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		14,10
			328,7	20,09	20,32	16,78			87,86
Обед									
1	003298	Огурцы свежие	9	0,39	0,07	1,88	60		11,65
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		42,07
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	003487	Картофель отварной	118,97	3,09	0,62	25,18	150		17,08
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		16,89
			542,98	28,82	18,01	66,02			158,24
			871,68	48,91	38,33	82,8	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасностиД. Степановичус В.Ю.
(подпись)