



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

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 21 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                                   | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
|-------------|--------|--------------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Понедельник |        |                                                                                |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                                |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 002601 | Плов ароматный из булгура с мясом птицы                                        | 268,42   | 20,72 | 4,95  | 34,69  | 50/150        |     | 61,40  |
| 2           | 001524 | Чай с лимоном                                                                  | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 3           | 000104 | Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл | 57,5     |       |       | 14,38  | 1шт/125 мл    | 10% | 19,58  |
| 4           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                            | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 14,95  |
| 5           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                           | 41,14    | 1,38  | 0,43  | 7,94   | 17            |     | 1,82   |
|             |        |                                                                                | 431,77   | 22,62 | 5,79  | 70,96  |               |     | 100,04 |
| Обед        |        |                                                                                |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                                        | 15,35    | 0,68  | 0,11  | 3,19   | 100           |     | 19,94  |
| 2           | 001288 | Суп-лапша с курицей и зеленью                                                  | 203,75   | 9,79  | 12,05 | 13,8   | 250/20/1      |     | 26,70  |
| 3           | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                                                     | 211,62   | 11,6  | 14,93 | 7,05   | 45/45         |     | 56,69  |
| 4           | 001169 | Рагу овощное                                                                   | 133,74   | 2,94  | 3,53  | 22,37  | 150           |     | 19,13  |
| 5           | 003077 | Напиток клюквенный                                                             | 50,75    |       |       | 12,6   | 200           |     | 19,14  |
| 6           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                           | 41,14    | 1,38  | 0,43  | 7,94   | 17            |     | 1,81   |
| 7           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                               | 37,6     | 1,41  | 0,54  | 6,53   | 16            |     | 2,65   |
|             |        |                                                                                | 693,95   | 27,8  | 31,59 | 73,48  |               |     | 146,06 |
|             |        |                                                                                | 1 125,72 | 50,42 | 37,38 | 144,44 | Итого за день |     | 246,10 |
| Вторник     |        |                                                                                |          |       |       |        |               |     |        |
| 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                                     | 211,82   | 3,42  | 8,13  | 31,95  | 200/5         |     | 29,60  |
| 3           | 001524 | Чай с лимоном                                                                  | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 4           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                               | 39,95    | 1,5   | 0,58  | 6,94   | 17            |     | 2,82   |
|             |        |                                                                                | 395,08   | 15,13 | 17,92 | 43,6   |               |     | 61,91  |
| Обед        |        |                                                                                |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                                    | 18       | 0,88  | 0,2   | 2,69   | 100           |     | 20,58  |
| 2           | 001875 | Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, с зеленью БМ п/ф                 | 102,94   | 2,3   | 5,71  | 10,49  | 250/20/1      |     | 52,18  |
| 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           | 000322 | Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)                             | 42       | 0,13  | 0,1   | 10,13  | 200           |     | 10,09  |
| 6           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                            | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 14,95  |
| 7           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                          | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20            |     | 1,98   |
| 8           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                               | 44,65    | 1,67  | 0,65  | 7,75   | 19            |     | 3,20   |
|             |        |                                                                                | 574,86   | 27,18 | 18,93 | 72,66  |               |     | 184,19 |
|             |        |                                                                                | 969,94   | 42,31 | 36,85 | 116,26 | 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)

Степанавичус В.Ю.

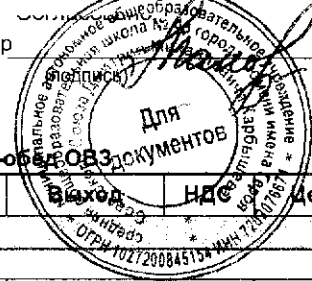
Мед. работник

(подпись)



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

Директор



## МЕНЮ

на 22 - 23 Октября 2025 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   | 180           |         | 47,82  |
| 2       | 001524 | Чай с лимоном                                                            | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |         | 2,29   |
| 3       | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                      | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10%     | 14,95  |
| 4       | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                     | 67,76    | 2,27  | 0,7   | 13,08  | 28            |         | 2,94   |
| 5       | 001481 | Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner            | 70,4     | 1,98  | 0,44  | 14,52  | 2шт/11гр      | 10%     | 48,34  |
|         |        |                                                                          | 471,65   | 22,15 | 23,28 | 42,51  |               |         | 116,34 |
| Обед    |        |                                                                          |          |       |       |        |               |         |        |
| 1       | 002006 | Капуста свежая с маслом                                                  | 77,59    | 1,63  | 5,18  | 5,94   | 100           |         | 9,42   |
| 2       | 003136 | Рассольник Ленинградский с мясом свинины и с зеленью БГ, БМ              | 177,34   | 6,64  | 10,92 | 13,16  | 250/20/1      |         | 34,77  |
| 3       | 001676 | Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски"                              | 182,98   | 11,17 | 13,49 | 3,58   | 50/50         | без НДС | 52,54  |
| 4       | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                              | 202,5    | 5,85  | 6,12  | 30,6   | 150           |         | 5,31   |
| 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            |         | 2,13   |
| 7       | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                                  | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            |         | 2,19   |
|         |        |                                                                          | 828,81   | 28,39 | 36,67 | 95,12  |               |         | 129,76 |
|         |        |                                                                          | 1 300,46 | 50,54 | 59,95 | 137,63 | Итого за день |         | 246,10 |
| Четверг |        |                                                                          |          |       |       |        |               |         |        |
| Завтрак |        |                                                                          |          |       |       |        |               |         |        |
| 1       | 001567 | Говядина отварная п/ф                                                    | 177,05   | 15,05 | 12,9  | 0,3    | 50            |         | 99,93  |
| 2       | 003289 | Рис припущенный                                                          | 239,29   | 4,77  | 5,89  | 46,78  | 170           |         | 10,74  |
| 3       | 001524 | Чай с лимоном                                                            | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |         | 2,29   |
| 4       | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                     | 45,98    | 1,54  | 0,48  | 8,87   | 19            |         | 1,99   |
|         |        |                                                                          | 480,03   | 21,41 | 19,28 | 60,1   |               |         | 114,95 |
| Обед    |        |                                                                          |          |       |       |        |               |         |        |
| 1       | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                                  | 12,28    | 0,54  | 0,09  | 2,55   | 80            |         | 15,95  |
| 2       | 001384 | Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью                                    | 194,74   | 9,93  | 12,01 | 11,51  | 250/20/1      |         | 40,69  |
| 3       | 003094 | Котлета мясная "По-деревенски"                                           | 201,02   | 11,13 | 11,02 | 14,33  | 90            |         | 46,57  |
| 4       | 003079 | Картофельные дольки по-деревенски                                        | 135,52   | 3,26  | 1,76  | 26,57  | 150           |         | 18,58  |
| 5       | 000148 | Напиток из шиповника                                                     | 57,6     | 0,54  | 0,22  | 13,73  | 200           |         | 5,40   |
| 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            |         | 1,83   |
|         |        |                                                                          | 689,56   | 28,34 | 25,82 | 86,23  |               |         | 131,15 |
|         |        |                                                                          | 1 169,59 | 49,75 | 45,1  | 146,33 | Итого за день |         | 246,10 |

Шеф-повар

*Шеф*  
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

*Мед. работник*  
(подпись)

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

*Директор*  
(подпись)

Депонавичус В.Ю.



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

Директор

## МЕНЮ

на 24 - 25 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед



| № п/п   | Номер  | Наименование                                                             | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
|---------|--------|--------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Пятница |        |                                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
|         |        | Завтрак                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001354 | Бедро куриное запеченное                                                 | 226,08   | 16,29 | 17,46 |        | 90            |     | 48,39  |
| 2       | 001611 | Макаронные изделия отварные (рожки) БМ                                   | 267,93   | 6,66  | 6,47  | 45,76  | 150           |     | 9,06   |
| 3       | 001524 | Чай с лимоном                                                            | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 4       | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                         | 34       | 1,12  | 0,19  | 6,97   | 17            |     | 1,55   |
|         |        |                                                                          | 545,72   | 24,12 | 24,13 | 56,88  |               |     | 61,29  |
|         |        | Обед                                                                     |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                              | 14,4     | 0,7   | 0,16  | 2,15   | 80            |     | 16,46  |
| 2       | 003530 | Шурпа "По-деревенски"                                                    | 303,72   | 14,37 | 18,75 | 18,42  | 50/200        |     | 67,64  |
| 3       | 002524 | Котлета рыбная "Нежная"                                                  | 221,65   | 11,86 | 17,35 | 4,5    | 90            |     | 51,35  |
| 4       | 003289 | Рис припущенный                                                          | 211,14   | 4,21  | 5,2   | 41,28  | 150           |     | 9,47   |
| 5       | 003315 | Напиток смородиновый                                                     | 51,8     |       |       | 12,95  | 200           |     | 20,10  |
| 6       | 001522 | Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл                                         |          |       |       |        | 1шт/125мл     | 10% | 17,88  |
| 7       | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                         | 42       | 1,39  | 0,23  | 8,61   | 21            |     | 1,91   |
|         |        |                                                                          | 844,71   | 32,53 | 41,69 | 87,91  |               |     | 184,81 |
|         |        |                                                                          | 1 390,43 | 56,65 | 65,82 | 144,79 | 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"                                  | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            |     | 2,18   |
| 4       | 001481 | Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner            | 35,2     | 0,99  | 0,22  | 7,26   | 1шт/11гр      | 10% | 24,18  |
|         |        |                                                                          | 409,84   | 19,58 | 23    | 31,17  |               |     | 93,44  |
|         |        | Обед                                                                     |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                                | 12       | 0,52  | 0,09  | 2,5    | 80            |     | 15,54  |
| 2       | 001423 | Уха Рыбачья с минтаем и зеленью                                          | 138,46   | 9,56  | 5,8   | 12,05  | 200/40/1      |     | 40,23  |
| 3       | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                                               | 211,62   | 11,6  | 14,93 | 7,05   | 45/45         |     | 56,69  |
| 4       | 001347 | Овощи тушеные                                                            | 58,94    | 2,83  | 1,39  | 8,65   | 160           |     | 14,06  |
| 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"                                  | 60       | 1,85  | 0,58  | 11,88  | 25            |     | 2,74   |
|         |        |                                                                          | 573,02   | 26,36 | 22,79 | 65,13  |               |     | 152,66 |
|         |        |                                                                          | 982,86   | 45,94 | 45,79 | 96,3   | 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

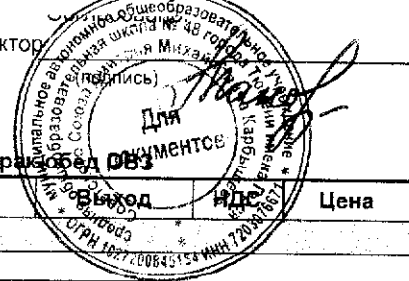
(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Комитет школьного питания "Центральный"  
Гарасова И.Н.

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 21 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                     | Ккал   | Б     | Ж     | У      | Выход         | Иде | Цена   |
|-------------|--------|------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Понедельник |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 002082 | Плов из филе куриного БГ                                         | 222,54 | 15,73 | 4,41  | 33,15  | 40/150        |     | 46,83  |
| 2           | 001524 | Чай с лимоном                                                    | 17,71  | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 3           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                              | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 14,95  |
| 4           | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                        | 34,2   | 0,27  | 0,39  | 7,49   | 15            |     | 17,26  |
|             |        |                                                                  | 321,45 | 16,52 | 5,21  | 54,59  |               |     | 81,33  |
| Обед        |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                          | 12,28  | 0,54  | 0,09  | 2,55   | 80            |     | 15,95  |
| 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           | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                                       | 211,62 | 11,6  | 14,93 | 7,05   | 45/45         |     | 56,69  |
| 4           | 001169 | Рагу овощное                                                     | 133,74 | 2,94  | 3,53  | 22,37  | 150           |     | 19,13  |
| 5           | 003077 | Напиток клюквенный                                               | 50,75  |       |       | 12,6   | 200           |     | 19,14  |
| 6           | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                        | 31,92  | 0,25  | 0,36  | 6,99   | 14            |     | 17,02  |
|             |        |                                                                  | 676,49 | 25,21 | 31,11 | 73,14  |               |     | 164,77 |
|             |        |                                                                  | 997,94 | 41,73 | 36,32 | 127,73 | Итого за день |     | 246,10 |
| Вторник     |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001312 | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным                        | 218,12 | 6,92  | 7,74  | 29,78  | 200/5         |     | 29,36  |
| 2           | 001524 | Чай с лимоном                                                    | 17,71  | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 3           | 001495 | Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл           | 53,84  | 2,16  | 2     | 6,8    | 1шт/80 мл     | 10% | 16,12  |
|             |        |                                                                  | 289,67 | 9,13  | 9,75  | 40,73  |               |     | 47,77  |
| Обед        |        |                                                                  |        |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                      | 14,4   | 0,7   | 0,16  | 2,15   | 80            |     | 16,46  |
| 2           | 003515 | Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью | 178,01 | 7,96  | 11,35 | 10,88  | 250/20/10/    |     | 56,98  |
| 3           | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                  | 126,08 | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5          |     | 65,94  |
| 4           | 001873 | Пюре картофельное                                                | 148,01 | 3,54  | 4,38  | 23,36  | 160           |     | 25,15  |
| 5           | 000322 | Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)               | 42     | 0,13  | 0,1   | 10,13  | 200           |     | 10,09  |
| 6           | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                        | 45,6   | 0,36  | 0,52  | 9,98   | 20            |     | 23,71  |
|             |        |                                                                  | 554,1  | 30,25 | 22,61 | 56,99  |               |     | 198,33 |
|             |        |                                                                  | 843,77 | 39,38 | 32,36 | 97,72  | 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  
безопасности

Степонавичус В.Ю.

(подпись)



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

Директор



## МЕНЮ

на 22 - 23 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

| № 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       | 002968 | Топпинг сметана                                                          | 35,7     | 0,81  | 3     | 1,17   | 30            |     | 13,20  |
| 3       | 001524 | Чай с лимоном                                                            | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
|         |        |                                                                          | 322,07   | 21,11 | 18,62 | 17,1   |               |     | 101,48 |
| Обед    |        |                                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 002006 | Капуста свежая с маслом                                                  | 62,07    | 1,3   | 4,14  | 4,75   | 80            |     | 7,54   |
| 2       | 003136 | Рассольник Ленинградский с мясом свинины и с зеленью БГ, БМ              | 177,34   | 6,64  | 10,92 | 13,16  | 250/20/1      |     | 34,77  |
| 3       | 001212 | Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9                     | 196,43   | 12,2  | 14,87 | 2,6    | 50/40         |     | 52,65  |
| 4       | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                              | 202,5    | 5,85  | 6,12  | 30,6   | 150           |     | 5,31   |
| 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"                                                 | 41,58    | 1,08  | 0,45  | 8,28   | 18            |     | 20,95  |
|         |        |                                                                          | 771,92   | 27,07 | 36,5  | 82,39  |               |     | 144,62 |
|         |        |                                                                          | 1 093,99 | 48,18 | 55,12 | 99,49  | Итого за день |     | 246,10 |
| Четверг |        |                                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак |        |                                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001725 | Каша молочная рисовая с маслом сливочным                                 | 191,06   | 5,73  | 7,34  | 25,15  | 200/5         |     | 29,09  |
| 2       | 001524 | Чай с лимоном                                                            | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 3       | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                                | 34,2     | 0,27  | 0,39  | 7,49   | 15            |     | 17,63  |
| 4       | 000118 | Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир                | 46,8     | 2,88  | 1,58  | 5,36   | 45            | 10% | 19,11  |
|         |        |                                                                          | 289,77   | 8,93  | 9,32  | 42,15  |               |     | 68,12  |
| Обед    |        |                                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                                  | 12,28    | 0,54  | 0,09  | 2,55   | 80            |     | 15,95  |
| 2       | 001384 | Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью                                    | 194,74   | 9,93  | 12,01 | 11,51  | 250/20/1      |     | 40,69  |
| 3       | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ                                   | 156,56   | 11,53 | 11,54 | 1,23   | 90            |     | 60,63  |
| 4       | 003079 | Картофельные дольки по-деревенски                                        | 135,52   | 3,26  | 1,76  | 26,57  | 150           |     | 18,58  |
| 5       | 000148 | Напиток из шиповника                                                     | 57,6     | 0,54  | 0,22  | 13,73  | 200           |     | 5,40   |
| 6       | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                                      | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 14,95  |
| 7       | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                                | 43,32    | 0,34  | 0,49  | 9,48   | 19            |     | 21,78  |
|         |        |                                                                          | 647,02   | 26,61 | 26,51 | 74,87  |               |     | 177,98 |
|         |        |                                                                          | 936,79   | 35,54 | 35,83 | 117,02 | 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  
безопасности

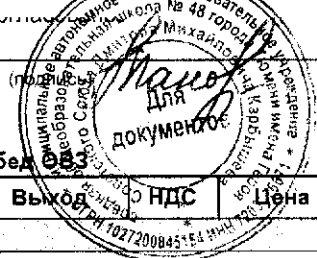
Депонавичус В.Ю.  
(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Тарасова И.Н.

Директор



## МЕНЮ

на 24 - 25 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

| № 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       | 002810 | Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет     | 186      | 7,94  | 3,45  | 29,74  | 200           |     | 16,05  |
| 3       | 001524 | Чай с лимоном                                             | 17,71    | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5         |     | 2,29   |
| 4       | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                 | 29,64    | 0,23  | 0,34  | 6,49   | 13            |     | 15,60  |
|         |        |                                                           | 281,78   | 12,11 | 7,45  | 40,38  |               |     | 52,96  |
| Обед    |        |                                                           |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                               | 10,8     | 0,53  | 0,12  | 1,61   | 60            |     | 12,35  |
| 2       | 003530 | Шурпа "По-деревенски"                                     | 303,72   | 14,37 | 18,75 | 18,42  | 50/200        |     | 67,64  |
| 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       | 003315 | Напиток смородиновый                                      | 51,8     |       |       | 12,95  | 200           |     | 20,10  |
| 6       | 000026 | Хлеб без глютена "Тёмный"                                 | 34,2     | 0,27  | 0,39  | 7,49   | 15            |     | 17,64  |
|         |        |                                                           | 737,74   | 36,94 | 30,56 | 82,24  |               |     | 193,14 |
|         |        |                                                           | 1 019,52 | 49,05 | 38,01 | 122,62 | Итого за день |     | 246,10 |
| Суббота |        |                                                           |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак |        |                                                           |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 002806 | Масло сладко-сливочное порционно                          | 57,93    | 0,09  | 6,34  | 0,12   | 8,75          |     | 13,62  |
| 2       | 000173 | Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным           | 251,58   | 15,69 | 19,69 | 2,61   | 150/5         |     | 52,09  |
| 3       | 000003 | Чай чёрный                                                | 0,01     |       |       |        | 200           |     | 0,39   |
| 4       | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                                  | 32,34    | 0,84  | 0,35  | 6,44   | 14            |     | 16,77  |
| 5       | 000118 | Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир | 46,8     | 2,88  | 1,58  | 5,36   | 45            | 10% | 19,11  |
|         |        |                                                           | 388,66   | 19,5  | 27,96 | 14,53  |               |     | 101,98 |
| Обед    |        |                                                           |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                 | 9        | 0,39  | 0,07  | 1,88   | 60            |     | 11,66  |
| 2       | 001423 | Уха Рыбачья с минтаем и зеленью                           | 138,46   | 9,56  | 5,8   | 12,05  | 200/40/1      |     | 40,23  |
| 3       | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                                | 211,62   | 11,6  | 14,93 | 7,05   | 45/45         |     | 56,69  |
| 4       | 001347 | Овощи тушеные                                             | 55,26    | 2,65  | 1,3   | 8,11   | 150           |     | 13,18  |
| 5       | 000143 | Напиток из свежих яблок                                   | 42,93    | 0,09  | 0,09  | 10,18  | 200           |     | 4,61   |
| 6       | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                                  | 34,65    | 0,9   | 0,38  | 6,9    | 15            |     | 17,75  |
|         |        |                                                           | 491,92   | 25,19 | 22,57 | 46,17  |               |     | 144,12 |
|         |        |                                                           | 880,58   | 44,69 | 50,53 | 60,7   | 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  
безопасности

*(подпись)*  
Дстепонавичус В.Ю.



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

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 24 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                     | Ккал   | Б     | Ж     | У     | Выход   | Цена   |
|-------------|--------|------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|---------|--------|
| Понедельник |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001644 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                             | 86,17  | 6,22  | 4,13  | 6,04  | 17/14,5 | 21,91  |
| 2           | 003308 | Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы                             | 254,81 | 18,18 | 9,81  | 23,36 | 50/170  | 65,17  |
| 3           | 000302 | Напиток из свежих яблок диета 9                                  | 9,9    | 0,08  | 0,08  | 1,96  | 200     | 3,72   |
| 4           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                              | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100     | 14,95  |
| 5           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                             | 43,56  | 1,46  | 0,45  | 8,41  | 18      | 1,95   |
|             |        |                                                                  | 441,44 | 26,41 | 14,87 | 49,57 |         | 107,70 |
| Вторник     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                          | 12,28  | 0,54  | 0,09  | 2,55  | 80      | 15,95  |
| 2           | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ                           | 156,56 | 11,53 | 11,54 | 1,23  | 90      | 60,63  |
| 3           | 001873 | Пюре картофельное                                                | 157,26 | 3,76  | 4,66  | 24,82 | 170     | 26,72  |
| 4           | 001013 | Чай с лимоном без сахара диета 9                                 | 2,39   | 0,06  | 0,01  | 0,21  | 200     | 2,44   |
| 5           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                            | 50,4   | 1,6   | 0,26  | 10,4  | 20      | 1,96   |
|             |        |                                                                  | 378,89 | 17,49 | 16,56 | 39,21 |         | 107,70 |
| Среда       |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| 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 | 192,13 | 6,98  | 8,7   | 20,32 | 230/2/5 | 42,56  |
| 3           | 000396 | Молоко питьевое кипяченое                                        | 106    | 6     | 5     | 7,8   | 200     | 26,21  |
| 4           | 000140 | Чай Ройбуш                                                       | 0,01   |       |       |       | 200     | 1,51   |
| 5           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                              | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100     | 14,95  |
| 6           | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                          | 76,8   | 2,37  | 0,74  | 15,2  | 32      | 3,45   |
|             |        |                                                                  | 470,37 | 19,71 | 18,49 | 53,12 |         | 107,70 |
| Четверг     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 003299 | Помидоры свежие                                                  | 14,4   | 0,7   | 0,16  | 2,15  | 80      | 16,46  |
| 2           | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                  | 140,09 | 19,51 | 6,78  | 0,54  | 100/5   | 73,15  |
| 3           | 003290 | Булгур припущенный                                               | 233,29 | 5,82  | 6,72  | 36,83 | 180     | 12,95  |
| 4           | 001013 | Чай с лимоном без сахара диета 9                                 | 2,39   | 0,06  | 0,01  | 0,21  | 200     | 2,44   |
| 5           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                             | 60,5   | 2,03  | 0,63  | 11,68 | 25      | 2,70   |
|             |        |                                                                  | 450,67 | 28,12 | 14,3  | 51,41 |         | 107,70 |
| Пятница     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001566 | Говядина отварная                                                | 159,35 | 13,55 | 11,61 | 0,27  | 45      | 87,33  |
| 2           | 001331 | Гречка отварная рассыпчатая                                      | 209,3  | 6,36  | 5,55  | 33,04 | 180     | 13,89  |
| 3           | 000306 | Напиток из сухофруктов диета 9                                   | 37,78  | 0,46  | 0,02  | 8,91  | 200     | 2,11   |
| 4           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                 | 61,1   | 2,29  | 0,88  | 10,61 | 26      | 4,37   |
|             |        |                                                                  | 467,53 | 22,66 | 18,06 | 52,83 |         | 107,70 |

Шеф-повар

(подпись)

Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания

(подпись) Ракина А.С.

Мед. работник

(подпись)

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

(подпись) Степанович В.Ю.

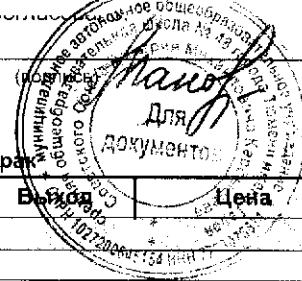


ДО Комбинат школьного питания "Центральный"

Гарасова И.Н.

*Маслов*

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 24 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

| № п/п       | Номер  | Наименование                                     | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход     | Цена          |
|-------------|--------|--------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| Понедельник |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| Завтрак     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| 1           | 000043 | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.           | 66,1          | 0,1          | 7,25         | 0,14         | 1шт/10 гр | 14,37         |
| 2           | 003459 | Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы БГ          | 229,81        | 16,63        | 8,97         | 20,47        | 50/150    | 60,28         |
| 3           | 000143 | Напиток из свежих яблок                          | 42,93         | 0,09         | 0,09         | 10,18        | 200       | 4,61          |
| 4           | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                         | 55,44         | 1,44         | 0,6          | 11,04        | 24        | 28,44         |
|             |        |                                                  | <b>394,28</b> | <b>18,26</b> | <b>16,91</b> | <b>41,83</b> |           | <b>107,70</b> |
| Вторник     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| Завтрак     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| 1           | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ           | 156,56        | 11,53        | 11,54        | 1,23         | 90        | 60,63         |
| 2           | 001873 | Пюре картофельное                                | 138,76        | 3,32         | 4,11         | 21,9         | 150       | 23,58         |
| 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        | 21,20         |
|             |        |                                                  | <b>354,61</b> | <b>15,98</b> | <b>16,11</b> | <b>35,56</b> |           | <b>107,70</b> |
| Среда       |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| Завтрак     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| 1           | 000043 | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.           | 66,1          | 0,1          | 7,25         | 0,14         | 1шт/10 гр | 14,37         |
| 2           | 001312 | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным        | 218,12        | 6,92         | 7,74         | 29,78        | 200/5     | 29,36         |
| 3           | 000140 | Чай Ройбуш                                       | 0,01          |              |              |              | 200       | 1,51          |
| 4           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                              | 47            | 0,47         | 0,4          | 9,8          | 100       | 14,95         |
| 5           | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                         | 48,51         | 1,26         | 0,53         | 9,66         | 21        | 24,24         |
| 6           | 001477 | Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Korner | 28,3          | 1,2          | 0,3          | 5,2          | 1шт/10гр  | 23,27         |
|             |        |                                                  | <b>408,04</b> | <b>9,95</b>  | <b>16,22</b> | <b>54,58</b> |           | <b>107,70</b> |
| Четверг     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| Завтрак     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| 1           | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным  | 126,08        | 17,56        | 6,1          | 0,49         | 90/5      | 65,94         |
| 2           | 001330 | Рис припущенный                                  | 172,66        | 3,69         | 3,32         | 35,84        | 130       | 14,02         |
| 3           | 001524 | Чай с лимоном                                    | 17,71         | 0,05         | 0,01         | 4,15         | 200/5     | 2,29          |
| 4           | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                         | 50,82         | 1,32         | 0,55         | 10,12        | 22        | 25,45         |
|             |        |                                                  | <b>367,27</b> | <b>22,62</b> | <b>9,98</b>  | <b>50,6</b>  |           | <b>107,70</b> |
| Пятница     |        |                                                  |               |              |              |              |           |               |
| 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           | 000151 | Напиток из сухофруктов                           | 61,78         | 0,46         | 0,02         | 14,91        | 200       | 2,77          |
| 4           | 000025 | Хлеб без глютена "Белый"                         | 41,58         | 1,08         | 0,45         | 8,28         | 18        | 21,64         |
|             |        |                                                  | <b>461</b>    | <b>19,82</b> | <b>17,32</b> | <b>56,07</b> |           | <b>107,70</b> |

Шеф-повар

*Бел*  
(подпись)Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания*Ракитина А.С.*  
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

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



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

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 24 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                 | Ккал   | Б     | Ж     | У      | Выход     | Цена   |
|-------------|--------|--------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|-----------|--------|
| Понедельник |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| Завтрак     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| 1           | 000195 | Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с зеленью и маслом | 61,11  | 0,76  | 5,15  | 2,81   | 100/1     | 20,77  |
| 2           | 003308 | Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы                         | 254,81 | 18,18 | 9,81  | 23,36  | 50/170    | 65,17  |
| 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           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                         | 50,82  | 1,7   | 0,53  | 9,81   | 21        | 2,20   |
|             |        |                                                              | 456,67 | 21,2  | 15,98 | 55,96  |           | 107,70 |
| Вторник     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| Завтрак     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| 1           | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                      | 12,28  | 0,54  | 0,09  | 2,55   | 80        | 15,95  |
| 2           | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ                       | 173,96 | 12,81 | 12,82 | 1,37   | 100       | 67,37  |
| 3           | 000293 | Пюре картофельное Диета БМ                                   | 172,55 | 3,08  | 6,61  | 25,09  | 180       | 18,33  |
| 4           | 001524 | Чай с лимоном                                                | 17,71  | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5     | 2,29   |
| 5           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                        | 42,84  | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17        | 1,68   |
| 6           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                             | 28,2   | 1,06  | 0,41  | 4,9    | 12        | 2,08   |
|             |        |                                                              | 447,54 | 18,9  | 20,16 | 46,9   |           | 107,70 |
| Среда       |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| Завтрак     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| 1           | 003147 | Тост с джемом                                                | 107,6  | 1,66  | 0,46  | 24,18  | 20/20     | 12,77  |
| 2           | 000461 | Яйцо отварное                                                | 62,8   | 5,08  | 4,6   | 0,28   | 40        | 13,60  |
| 3           | 000252 | Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке             | 208,37 | 3,04  | 9,29  | 28,31  | 240/2/5   | 43,23  |
| 4           | 000140 | Чай Ройбуш                                                   | 0,01   |       |       |        | 200       | 1,51   |
| 5           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                          | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100       | 14,95  |
| 6           | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                      | 52,8   | 1,63  | 0,51  | 10,45  | 22        | 2,37   |
| 7           | 003444 | Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр                 |        |       |       |        | 1шт/20 гр | 19,27  |
|             |        |                                                              | 478,58 | 11,88 | 15,26 | 73,02  |           | 107,70 |
| Четверг     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| Завтрак     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| 1           | 003299 | Помидоры свежие                                              | 14,4   | 0,7   | 0,16  | 2,15   | 80        | 16,46  |
| 2           | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным              | 126,08 | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5      | 65,94  |
| 3           | 003172 | Плов овощной                                                 | 246,74 | 5,64  | 3,79  | 52,52  | 180       | 20,55  |
| 4           | 001524 | Чай с лимоном                                                | 17,71  | 0,05  | 0,01  | 4,15   | 200/5     | 2,29   |
| 5           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                         | 55,66  | 1,86  | 0,58  | 10,74  | 23        | 2,46   |
|             |        |                                                              | 460,59 | 25,81 | 10,64 | 70,05  |           | 107,70 |
| Пятница     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| Завтрак     |        |                                                              |        |       |       |        |           |        |
| 1           | 001566 | Говядина отварная                                            | 141,64 | 12,04 | 10,32 | 0,24   | 40        | 77,63  |
| 2           | 001045 | Гречка отварная БМ                                           | 243    | 7,02  | 7,34  | 36,72  | 180       | 6,37   |
| 3           | 000151 | Напиток из сухофруктов                                       | 61,78  | 0,46  | 0,02  | 14,91  | 200       | 2,77   |
| 4           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                             | 86,95  | 3,26  | 1,26  | 15,1   | 37        | 6,23   |
| 5           | 001258 | Блинчики безмолочные                                         | 209,14 | 5,63  | 4,73  | 35,95  | 100       | 4,55   |
| 6           | 000220 | Джем клубничный Махеев                                       | 54,4   |       |       | 13,6   | 20        | 10,15  |
|             |        |                                                              | 796,91 | 28,41 | 23,67 | 116,52 |           | 107,70 |

Шеф-повар

(подпись)

Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания

Ракитина А.С.  
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

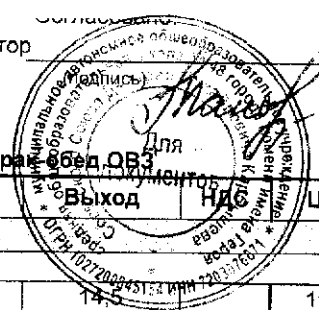
Директор по  
производству-Нача  
льник отдела  
технологии,  
качества и  
пищевой  
безопасности

Степанович В.Ю.  
(подпись)



АО Комплекс школьного питания "Центральный"  
Барасова И.Н.

Директор



## МЕНЮ

на 20 - 21 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак Обед

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                     | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДБ | Цена   |
|-------------|--------|------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Понедельник |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001277 | Сыр "Гауда" слайсы                                               | 48,43    | 3,89  | 3,65  |        | 14,5          |     | 19,02  |
| 2           | 001354 | Бедро куриное запеченное                                         | 226,08   | 16,29 | 17,46 |        | 90            |     | 48,39  |
| 3           | 001600 | Булгур с овощами Диета БМ                                        | 195,56   | 5,51  | 3,68  | 34,53  | 150           |     | 15,02  |
| 4           | 001013 | Чай с лимоном без сахара диета 9                                 | 2,39     | 0,06  | 0,01  | 0,21   | 200           |     | 2,44   |
| 5           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                              | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 14,95  |
| 6           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                             | 58,08    | 1,94  | 0,6   | 11,21  | 24            |     | 2,56   |
|             |        |                                                                  | 577,54   | 28,16 | 25,8  | 55,75  |               |     | 102,38 |
| Обед        |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001161 | Огурцы свежие с зеленью                                          | 12,28    | 0,54  | 0,09  | 2,55   | 80            |     | 15,95  |
| 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           | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                                       | 211,62   | 11,6  | 14,93 | 7,05   | 45/45         |     | 56,69  |
| 4           | 001169 | Рагу овощное                                                     | 133,74   | 2,94  | 3,53  | 22,37  | 150           |     | 19,13  |
| 5           | 000303 | Напиток из вишни диета 9                                         | 8,7      | 0,25  | 0,13  | 1,93   | 200           |     | 9,60   |
| 6           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                             | 48,4     | 1,62  | 0,5   | 9,34   | 20            |     | 2,13   |
| 7           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                 | 47       | 1,76  | 0,68  | 8,16   | 20            |     | 3,38   |
|             |        |                                                                  | 697,92   | 28,59 | 32,06 | 72,98  |               |     | 143,72 |
|             |        |                                                                  | 1 275,46 | 56,75 | 57,86 | 128,73 | Итого за день |     | 246,10 |
| Вторник     |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001644 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                             | 86,17    | 6,22  | 4,13  | 6,04   | 17/14,5       |     | 21,91  |
| 2           | 000270 | Каша молочная ячневая с маслом диета 9                           | 175,7    | 6,36  | 7,4   | 19,53  | 200/5         |     | 26,81  |
| 3           | 000396 | Молоко питьевое кипяченое                                        | 79,5     | 4,5   | 3,75  | 5,85   | 150           |     | 19,66  |
| 4           | 001013 | Чай с лимоном без сахара диета 9                                 | 2,39     | 0,06  | 0,01  | 0,21   | 200           |     | 2,43   |
|             |        |                                                                  | 343,76   | 17,14 | 15,29 | 31,63  |               |     | 70,81  |
| Обед        |        |                                                                  |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                      | 14,4     | 0,7   | 0,16  | 2,15   | 80            |     | 16,46  |
| 2           | 003515 | Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью | 178,01   | 7,96  | 11,35 | 10,88  | 250/20/10/    |     | 56,98  |
| 3           | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                  | 126,08   | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5          |     | 65,94  |
| 4           | 001873 | Пюре картофельное                                                | 138,76   | 3,32  | 4,11  | 21,9   | 150           |     | 23,58  |
| 5           | 002023 | Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко) диета 9       | 10       | 0,13  | 0,1   | 2,13   | 200           |     | 9,20   |
| 6           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                 | 44,65    | 1,67  | 0,65  | 7,75   | 19            |     | 3,13   |
|             |        |                                                                  | 511,9    | 31,34 | 22,47 | 45,3   |               |     | 175,29 |
|             |        |                                                                  | 855,66   | 48,48 | 37,76 | 76,93  | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

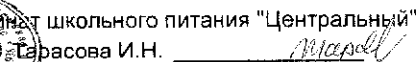
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

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

Д.Степановичус В.Ю.  
(подпись)



Директор



на 22 - 23 Октября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОБ

Шеф-повар

(подпись)

## Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

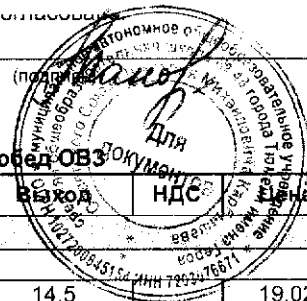
Директор по  
производству-Нача  
льник отдела  
технологии,  
качества и  
пищевой  
безопасности

(подпись)

Степонавичус В.Ю.

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

Директор



## МЕНЮ

на 24 - 25 Октября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет 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       | 002810 | Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет | 186    | 7,94  | 3,45  | 29,74 | 200           |     | 16,05  |
| 3       | 000402 | Ряженка                                               | 76,5   | 4,5   | 3,75  | 6,3   | 150           |     | 19,08  |
| 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"                      | 58     | 1,91  | 0,32  | 11,89 | 29            |     | 2,65   |
|         |        |                                                       | 371,32 | 18,3  | 11,18 | 48,14 |               |     | 59,24  |
| Обед    |        |                                                       |        |       |       |       |               |     |        |
| 1       | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                           | 14,4   | 0,7   | 0,16  | 2,15  | 80            |     | 16,46  |
| 2       | 003530 | Шурпа "По-деревенски"                                 | 303,72 | 14,37 | 18,75 | 18,42 | 50/200        |     | 67,64  |
| 3       | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным       | 126,08 | 17,56 | 6,1   | 0,49  | 90/5          |     | 65,94  |
| 4       | 001347 | Овощи тушеные                                         | 58,94  | 2,83  | 1,39  | 8,65  | 160           |     | 14,06  |
| 5       | 000305 | Напиток из смородины диета 9                          | 9,25   | 0,25  | 0,1   | 1,83  | 200           |     | 18,80  |
| 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            |     | 1,83   |
|         |        |                                                       | 600,79 | 38,65 | 27,22 | 49,08 |               |     | 186,86 |
|         |        |                                                       | 972,11 | 56,95 | 38,4  | 97,22 | Итого за день |     | 246,10 |
| Суббота |        |                                                       |        |       |       |       |               |     |        |
| Завтрак |        |                                                       |        |       |       |       |               |     |        |
| 1       | 001277 | Сыр "Гауда" слайсы                                    | 48,43  | 3,89  | 3,65  |       | 14,5          |     | 19,02  |
| 2       | 001250 | Омлет запеченный натуральный                          | 247,61 | 17,73 | 18,2  | 2,88  | 170           |     | 50,22  |
| 3       | 000385 | Кефир                                                 | 100    | 6     | 5     | 7,8   | 200           |     | 24,76  |
| 4       | 000294 | Цикорий с молоком диета 9                             | 61,8   | 3,16  | 2,5   | 5,9   | 200           |     | 16,29  |
| 5       | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"               | 48     | 1,48  | 0,46  | 9,5   | 20            |     | 2,19   |
|         |        |                                                       | 505,84 | 32,26 | 29,81 | 26,08 |               |     | 112,48 |
| Обед    |        |                                                       |        |       |       |       |               |     |        |
| 1       | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                             | 13,5   | 0,59  | 0,1   | 2,81  | 90            |     | 17,49  |
| 2       | 001423 | Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью                      | 138,46 | 9,56  | 5,8   | 12,05 | 200/40/1      |     | 40,23  |
| 3       | 001677 | Поджарка из мяса (свинина)                            | 211,62 | 11,6  | 14,93 | 7,05  | 45/45         |     | 56,69  |
| 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"               | 50,4   | 1,55  | 0,48  | 9,98  | 21            |     | 2,31   |
|         |        |                                                       | 479,14 | 26,03 | 22,69 | 41,96 |               |     | 133,62 |
|         |        |                                                       | 984,98 | 58,29 | 52,5  | 68,04 | 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  
безопасности  
Депонавичус В.Ю.  
(подпись)