



АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Гарасова И.Н.

Директор



МЕНЮ

на 5 - 8 ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	53,77
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
3	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200	19,14
4	000083	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	27,30
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	24	2,18
			599,45	26,33	26,18	61,14		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	001587	Картофель отварной БМ	190,16	3,59	6,5	29,21	180	21,79
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22	2,35
			395,65	23,34	13,25	45,4		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001501	Хрустящий овощной микс 12 гр.	56,23	0,58	2,32	8,26	12	37,18
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	315,37	14,96	12,84	34,48	40/160	45,94
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл					1шт/125мл	17,88
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	86,4	2,66	0,83	17,1	36	3,93
			519,78	18,66	16,01	74,75		107,70
Суббота								
Завтрак								
1	001544	Томаты свежие	14,4	0,72	0,16	2,16	80	20,90
2	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,38	21,73	0,96	180	47,82
3	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200	21,92
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	1,85
			444,12	20,65	24,52	34,36		107,70

Шеф-повар

Генф

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

АВ

(подпись)

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

Степановичус В.Ю.

(подпись)

Степановичус В.Ю.



ДО Комитет школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н.

Директор



МЕНЮ

на 5 - 8 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	53,77
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	25,44
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	21,50
			614,31	31,06	30,97	51,37		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	001587	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	150	18,16
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	22,09
			328,45	21,69	12	33,57		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001566	Говядина отварная	141,64	12,04	10,32	0,24	40	77,63
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	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
			461	19,82	17,32	56,07		107,70
Суббота								
Завтрак								
1	001544	Томаты свежие	10,8	0,54	0,12	1,62	60	15,67
2	001349	Омлет запеченный с сыром	241,77	17,13	18,02	2,46	150	52,57
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	21,37
			359,54	19,28	19	26,37		107,70

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

Ракитина А.С.
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

А.З.
(подпись)

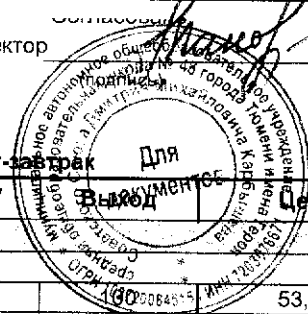
Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись) Степановичус В.Ю.



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

Директор



МЕНЮ

на 5 - 8 Ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4			53,77
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
3	000402	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180	22,90
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"	66	2,18	0,36	13,53	33	2,96
6	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродиае" 20гр					1шт/20 гр	19,26
			654,39	32,76	31,61	58,02		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	001587	Картофель отварной БМ	190,16	3,59	6,5	29,21	180	21,79
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22	2,35
			395,65	23,34	13,25	45,4		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001566	Говядина отварная	141,64	12,04	10,32	0,24	40	77,63
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	18,57
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	67,2	2,07	0,64	13,3	28	3,02
			564,62	26,09	22,07	65,02		107,70
Суббота								
Завтрак								
1	001544	Томаты свежие	14,4	0,72	0,16	2,16	80	20,90
2	001349	Омлет запеченный с сыром	241,77	17,13	18,02	2,46	150	52,57
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200	16,29
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	62,92	2,11	0,65	12,14	26	2,73
			427,89	23,59	21,73	32,46		107,70

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

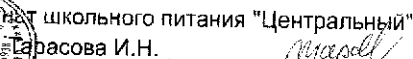
Ракитина А.С.
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

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

Степановичус В.Ю.
(подпись) Степановичус В.Ю.



Тарасова И.Н.

Maple

Директор

(подпись)

279

NEW JOBS

Выход

НДС

Цена

МЕНЮ

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

Шеф-повар

Бел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

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

(подпись)

Дзелянавичус В.Ю.

Мед. работник

(подпись)

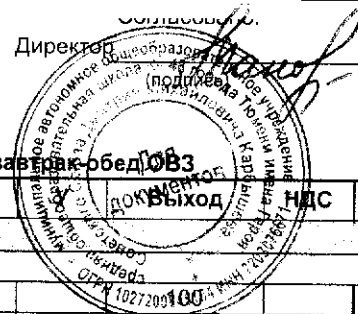


АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Тарасова И.Н.

Маслов

Директор



МЕНЮ

на 7 - 8 ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4				53,77
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		2,66
			567,24	25,23	25,95	55,98			84,11
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	16,5	0,78	0,15	2,9	100		24,48
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,74
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл					1шт/200 мл	10%	20,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,17
			414,78	26	19,25	33,79			161,99
			982,02	51,23	45,2	89,77	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	298,64	19,31	24,15	1,07	200		53,13
2	000298	Какао-напиток с витамином С безмолочная	68,1	1,26	2,25	10,8	200		24,20
3	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		2,65
			471,34	22,82	27,35	33,07			95,19
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		7,54
2	003095	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1		33,42
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	153,38	2,74	5,88	22,3	160		16,29
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
			721,89	31,77	27,75	85,69			150,91
			1 193,23	54,59	55,1	118,76	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

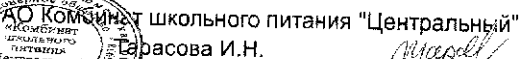
(подпись)

Мед. работник

131
(подпись)

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

Степанавичус В.Ю.
(подпись)



Вход

на 5 - 6 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак обед 083

Шеф-повар

(подпись)

Основина О.С.

(подпись)

(подпись)

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

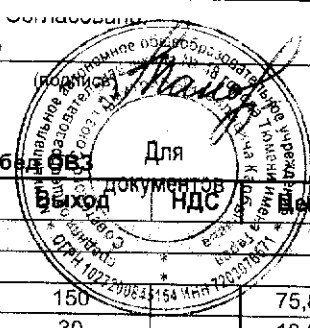
(подпись)

Степонавичус В.Ю



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

Директор

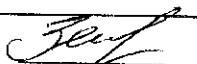


МЕНЮ

на 7 - 8 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003483	Запеканка из творога Б/Г	305,64	23,66	14,72	18,27	150		75,81
2	002968	Топпинг сметана	35,7	0,81	3	1,17	30		13,20
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,67
			358,37	24,5	17,72	23,53			90,68
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,62	0,12	2,32	80		19,58
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,74
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		16,63
			438,75	25,29	19,2	40,33			155,42
			797,12	49,79	36,92	63,86	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	000385	Кефир	50	3	2,5	3,9	100		12,38
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		14,10
			319,5	20,85	20,82	11,88			79,44
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		7,54
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		42,63
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	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		16,48
			613,61	30,12	25,61	65,36			166,66
			933,11	50,97	46,43	77,24	Итого за день		246,10

Шеф-повар


(подпись)

Технолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник


(подпись)

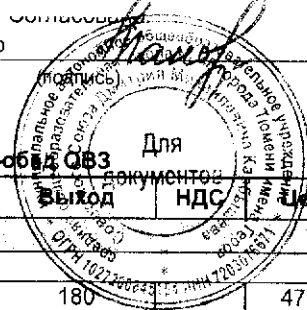
Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности


Депонавичус В.Ю.
(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 5 - 6 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет 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	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200		16,29
3	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,69
			458,02	22,62	24,99	34,24			110,26
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60		13,71
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	001600	Булгур с овощами диета безмолочная	195,56	5,51	3,68	34,53	150		15,02
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	37,6	1,41	0,54	6,53	16		2,63
			573,17	32,09	22,09	60,48			135,84
			1 031,19	54,71	47,08	94,72	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	002061	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным без сахара	168,55	6,08	7,59	17,92	200/2/5		39,44
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"	52,8	1,63	0,51	10,45	22		2,41
			354,39	12,32	12,29	46,91			106,84
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	313,73	15,74	13,45	30,25	250/30/10/1		39,09
3	001417	Бефстроганов из мяса (свинина) Диета БГ	64,22	1,97	3,9	5,04	40/50		50,37
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	153,59	3,69	1,99	30,11	170		21,06
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	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		2,16
			604,44	23,61	19,99	79,99			139,26
			958,83	35,93	32,28	126,9	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

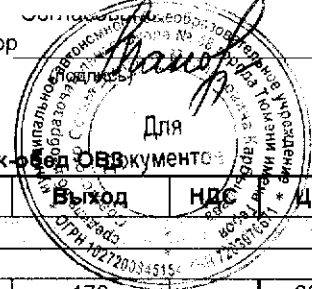
ЛБ
(подпись)

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 7 - 8 ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	320,74	28,76	17,15	11,25	170		89,84
2	002968	Топлинг сметана	35,7	0,81	3	1,17	30		13,20
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,43
			358,83	29,63	20,16	12,63			105,47
Обед									
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,62	0,12	2,32	80		19,58
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,74
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"	60	1,85	0,58	11,88	25		2,73
			433,38	26,29	19,42	37,55			140,63
			792,21	55,92	39,58	50,18	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	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		18,68
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		18,57
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		1,85
			418,67	26,61	25,11	20,59			91,67
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		7,54
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		42,63
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	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	38,72	1,3	0,4	7,47	16		1,71
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		1,86
			638,04	32,06	26,32	67,93			154,43
			1 056,71	58,67	51,43	88,52	Итого за день		246,10

Шеф-повар

И.Н. Тарасова
(подпись)

Технолог

Основа О.С.

(подпись)

Мод. работник

И.Н. Тарасова
(подпись)

Директор по
производству-Нач
альник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

В.Ю. Степанович
(подпись)