

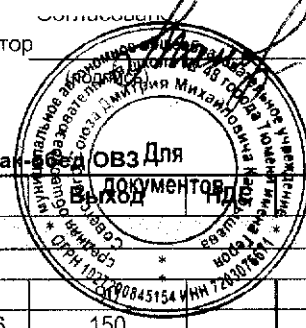


АО "Комбинат школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н.

Директор

МЕНЮ

на 10 - 11 ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Ндс	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46				48,39
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	10%	16,11
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		17,62
			506,86	23,63	24,1	46,84			89,11
Обед									
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80		18,70
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	003197	Овощное рагу	135,35	3,28	4,05	21,41	150		18,09
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19		22,06
			682,25	26,53	31,84	71,51			156,99
			1 189,11	50,16	55,94	118,35	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	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	10%	16,12
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	22,8	0,18	0,26	4,99	10		11,75
			308,23	9,8	10,5	43,27			58,74
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,68
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	000166	Напиток из ягод	42,5	0,13	0,1	10,25	200		10,09
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13		15,09
			526,18	30,28	22,11	51,11			187,36
			834,41	40,08	32,61	94,38	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Генд

(подпись)

Технолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

АБ

(подпись)

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

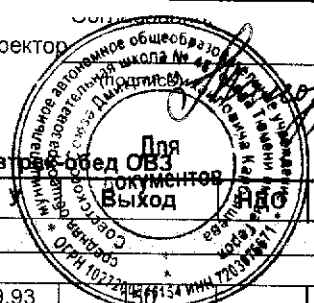
Степановичус В.Ю.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 12 - 13 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак Обед Выход

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	283,01	25,38	15,13	9,93		79,27
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	1,68
4	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл 10%	17,16
			398,14	28,62	20,13	23,99		111,31
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	33,98
3	003295	Плов с мясом	330,85	13,5	13,55	38,1	40/160	52,45
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл 10%	23,40
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15	17,42
			696,46	21,71	29	86,5		134,79
			1 094,6	50,33	49,13	110,49	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5	27,93
2	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
3	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	23,50
4	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45 10%	19,11
			290,59	9,33	9,49	40,78		70,93
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	18,70
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	40,69
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40	53,69
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	144,55	3,48	1,88	28,34	160	19,82
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70 10%	16,11
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	23,39
			696,84	27,59	31,03	75,39		175,17
			987,43	36,92	40,52	116,17	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

АЗТ
(подпись)

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

Степанавичус В.Ю.
(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Сарасова И.Н.

Директор

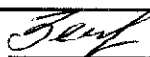


МЕНЮ

на 14 - 15 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	НДС	Цена	
Пятница									
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	13,74	
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68	
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14	16,46	
			330,29	19,22	19,12	19,19		80,27	
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29	
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	285,5	13,51	17,63	17,31	30/200	47,94	
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	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57	
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15	17,62	
			710,82	36,15	29,49	79,03		165,83	
			1 041,11	55,37	48,61	98,22	Итого за день	246,10	
Суббота									
Завтрак									
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	52,09	
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	19,08	
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39	
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	17,09	
			362,74	21,09	23,82	15,81		88,65	
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71	
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	40,23	
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150	65,15	
4	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл					1шт/200 мл	10%	20,74
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	17,62	
			468,44	25,98	24,93	34,52		157,45	
			831,18	47,07	48,75	50,33	Итого за день	246,10	

Шеф-повар


(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

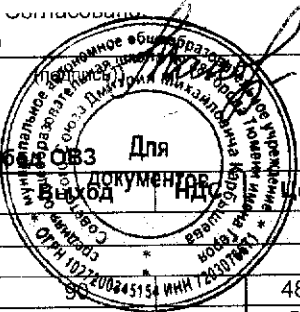
Мед. работник


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



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

Директор



МЕНЮ

на 10 - 11 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Доля в рационе	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46				48,39
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000094	Фрукт мандарин свежий	53,2	1,12	0,28	10,5	2шт/70гр	10%	32,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		1,78
6	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
			575,15	25,66	24,51	60,39			113,54
Обед									
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80		18,70
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	003197	Овощное рагу	162,42	3,94	4,86	25,69	180		21,71
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,98	1,54	0,48	8,87	19		1,98
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,17
			726,98	28,98	32,96	77,64			132,56
			1 302,13	54,64	57,47	138,03	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	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
			385,83	15,2	17,83	41,85			60,44
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,91
2	003157	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины и зеленью БМ БГ	103,47	2,16	5,73	10,63	250/20/1		54,34
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	000166	Напиток из ягод	42,5	0,13	0,1	10,25	200		10,09
6	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,09
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,81
			565,64	26,53	18,72	71,77			185,66
			951,47	41,73	36,55	113,62	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зеленый
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

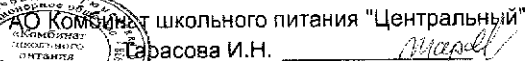
(подпись)

Мед. работник

АБ
(подпись)

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

В.Ю.
Вепонавичус В.Ю.
(подпись)



CONCLUSIONS



на 12 - 13 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрашней ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход документов	Цена
Среда								
Завтрак								
1	001567	Говядина отварная п/ф	177,05	15,05	12,9	0,3	50 *	99,93
2	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	50 *	13,74
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	1,81
			290,48	19,11	14,63	20,44		117,16
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	250/20/10/1	34,11
3	003295	Плов с мясом	351,53	14,34	14,4	40,48	40/160	62,01
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл 10%	23,40
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	1,88
			719,14	23,6	29,16	89,28		128,94
			1 009,62	42,71	43,79	109,72	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	27,20
2	001992	Каша на кокосовом молоке геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом подсолнечное	185,54	3	8,63	24,1	200/2/5	40,99
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
5	000219	Джем Груша и банан Махеев	54,4			13,6	20 без НДС	10,15
6	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80	3,64
			581,26	19,28	22,11	76,36		84,50
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,68	0,11	3,19	100	23,37
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	40,69
3	002194	Мясо тушеное с овощами	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40	52,34
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	162,62	3,91	2,11	31,88	180	22,30
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70 10%	16,11
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	56,4	2,11	0,82	9,79	24	4,02
			715,2	29,88	30,17	79,3		161,60
			1 296,46	49,16	52,28	155,66	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

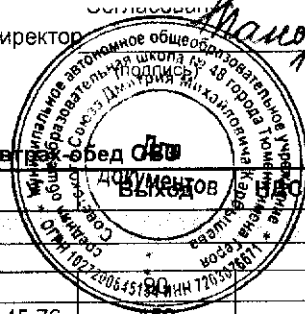
Степонавичус В.Ю.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 14 - 15 Ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	С	В	Выход	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46				48,39
2	001613	Макаронные изделия отварные	269,54	6,66	6,47	45,76	150		9,06
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,19
			560,65	24,46	24,39	59,35			61,32
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	10,5	0,46	0,08	2,19	70		16,00
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	225,22	4,49	5,55	44,03	160		10,10
5	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200		6,57
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	10%	16,11
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	23		2,42
			789,68	39,38	31,28	91,08			184,78
			1 350,33	63,84	55,67	150,43	Итого за день		246,10
Суббота									
		Завтрак							
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,38	21,73	0,96	180		47,71
2	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200		21,92
3	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	35,28	1,12	0,18	7,28	14		1,36
4	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
			412,06	20,19	23,93	29			95,16
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150		65,15
4	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл					1шт/200 мл	10%	20,74
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,96
			490,19	26,94	24,85	39,27			150,94
			902,25	47,13	48,78	68,27	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

181
(подпись)

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

В.Ю. Степанович
(подпись)



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

Директор

МЕНЮ

на 10 - 11 Ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65			19,02
2	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	53,77
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	23	2,46
			600,28	30,71	30,31	48,84		99,46
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,68	0,11	3,19	100	23,37
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	003197	Овощное рагу	162,42	3,94	4,86	25,69	180	21,71
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
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	2,18
			731,87	29,28	33,14	78,31		146,64
			1 332,15	59,99	63,45	127,15	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5	26,93
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	79,5	4,5	3,75	5,85	150	19,66
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	1,81
			343,09	16,45	15,23	33,65		68,93
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	12,6	0,61	0,14	1,88	70	18,29
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	000308	Напиток из ягод без сахара	10,5	0,13	0,1	2,25	200	9,20
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	36,3	1,22	0,38	7,01	15	1,61
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	1,57
			536,25	31,92	22,37	51,38		177,17
			879,34	48,37	37,6	85,03	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Тарасова И.Н.
(подпись)

Технолог

Основаина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А.И.
(подпись)

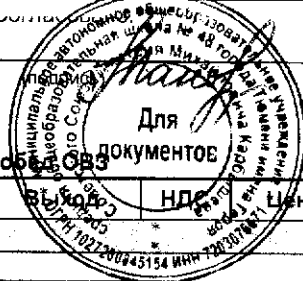
Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

Степановичус В.Ю.
(подпись)



ДО Комбинат школьного питания "Центральный"
Ларасова И.Н. *Марел*

Директор



МЕНЮ

на 12 - 13 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	283,01	25,38	15,13	9,93	150		79,27
2	002968	Топпинг сметана	35,7	0,81	3	1,17	30		13,20
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		2,43
			421,1	32,25	23,14	19,11			119,66
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	77,59	1,63	5,18	5,94	100		9,42
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/		38,51
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		53,69
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
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	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21		2,30
			775,43	28,81	39,86	73,63			126,44
			1 196,53	61,06	63	92,74	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001991	Каша молочная геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом сливочным без сахара	174,24	6,49	8,24	17,53	200/2/5		40,27
2	000402	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180		22,90
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,56	1,46	0,45	8,41	18		1,93
			309,61	13,35	13,19	33,5			65,49
Обед									
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80		18,70
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		40,69
3	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,29
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		18,58
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,11
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	10%	16,11
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
			625,34	28,54	26,56	67,47			180,61
			934,95	41,89	39,75	100,97	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

Степанавичус В. Ю.
(подпись)

Мед. работник

АБ
(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 14 - 15 Ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед

на 14 - 15 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак									
№ 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	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,74
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
			331,73	20,48	19,23	17,82			66,75
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	10%	16,11
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,34
			734,04	40,72	31,83	69,49			179,35
			1 065,77	61,2	51,06	87,31	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		53,17
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	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21		2,06
			525,9	30,08	27,44	38,07			112,17
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150		65,15
4	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,97
			500,09	27,02	24,93	41,23			133,93
			1 025,99	57,1	52,37	79,3	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

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

В.Ю.
(подпись)
Депонавичус В.Ю.