

АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 30 - 31 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003643	Свинина отварная диетическая	307,28	21,38	24,05		80		79,39
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180		6,37
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
			600,69	30	31,65	47,12			89,38
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,67
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21		2,06
			493,54	25,57	18,97	54,41			156,72
			1 094,23	55,57	50,62	101,53	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	000298	Какао-напиток с витамином С на кокосовом молоке	68,1	1,26	2,25	10,8	200		24,20
3	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	1шт/50гр	20%	18,85
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	65,52	2,08	0,34	13,52	26		2,70
			628,46	23,1	35,86	55,03			90,91
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		8,31
2	003095	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1		34,84
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003487	Картофель отварной	118,97	3,09	0,62	25,18	150		18,56
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,93
			681,48	31,94	22,01	88,33			155,19
			1 309,94	55,04	57,87	143,36	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор

(подпись)

Для документов

МЕНЮ

на 26 - 27 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,41
			386,79	18,1	17,96	37,35			84,11
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	003487	Картофель отварной	118,97	3,09	0,62	25,18	150		18,56
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		16,05
			551,48	25,13	24,86	55,17			161,99
			938,27	43,23	42,82	92,52	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001723	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5		28,21
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			291	10,95	11,82	34,39			64,32
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		38,96
3	001959	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,93	12,79	17,87	4,24	50/40		63,76
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	003315	Напиток смородиновый	51,8			12,95	200		20,10
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,29
			745,33	27,63	38,57	70,32			181,78
			1 036,33	38,58	50,39	104,71	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.

МЕНЮ

на 28 - 29 Января 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ОВЗ

на 28 - 29 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ОБЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	243,87	26,19	10,28	10,16	150		85,31
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	35,7	0,81	3	1,17	30		13,49
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,38
			279,58	27	13,28	11,33			99,18
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	160,71	6,37	11,06	8,5	250/10/10/1		25,88
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003292	Рис припущенный с овощами	205,41	3,81	5,46	35,15	150		12,56
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,33
			599,22	29,09	23,23	68,29			146,92
			878,8	56,09	36,51	79,62	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5		29,52
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			358,88	14,37	15,05	41,08			84,80
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001279	Суп гороховый куриный с зеленью	166,92	7,27	6,13	18,68	250/10/1		21,79
3	001417	Бефстроганов из мяса (свинина) Диета БГ Диета 9	64,22	1,97	3,9	5,04	40/50		52,47
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,45
			483,96	14,18	12,56	76,21			161,30
			842,84	28,55	27,61	117,29	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



Директор

(ПОДПИСА)

ректор

(подпись)

Для

встр-обед ОВЗ

У Выход НДС

0 16 450

на 30 - 31 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед **ОВЗ**

Шеф-повар

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 26 - 30 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	20,67
2	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	53,74
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	70,5	2,64	1,02	12,24	30	5,50
			611,08	26,5	30,37	55,17		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	10,5	0,46	0,08	2,19	70	16,00
2	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
3	000778	Картофель отварной	164,35	3,1	5,62	25,27	150	19,69
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	44,65	1,67	0,65	7,75	19	3,53
			347,97	22,85	12,46	35,91		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 без сахара	154,56	6,08	6,15	17,72	200/2/5	39,95
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	25,56
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	56	1,85	0,31	11,48	28	2,65
			427,17	18,92	15,29	51,91		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002870	Плов ароматный из булгура с мясом	352,25	17,38	15,42	34,69	50/150	66,57
2	000961	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	19,48
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	79,2	2,44	0,76	15,68	33	4,00
			557,34	24,85	20,34	66,68		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	003484	Запеканка из творога Диета 9	294,75	26,18	15,62	10,86	155	84,02
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26	3,15
			405,59	31,99	19,87	23,21		107,70

Шеф-повар

Е.С. Сорохова
(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С. Ракитина
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

С.В. Погребняк
(подпись) Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 26 - 30 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	7,5	0,33	0,06	1,56	50	11,43
2	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	53,74
3	001565	Макароны с протертыми томатами	227,5	5,99	3,63	42,63	150	11,54
4	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	54,05	2,02	0,78	9,38	23	4,11
			572,41	25,27	22,09	66,29		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	11,55	0,54	0,11	2,03	70	17,14
2	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
3	000778	Картофель отварной	164,35	3,1	5,62	25,27	150	19,69
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	17	3,15
			358,96	22,73	12,41	38,82		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	1шт/40гр	13,60
2	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	221,88	3,25	9,99	29,9	250	50,26
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000094	Фрукт мандарин свежий	60,8	1,28	0,32	12	2шт/80гр	36,82
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	88	2,9	0,48	18,04	44	4,25
			495,26	12,97	15,41	75,13		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
2	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
3	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
4	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр					1шт/20 гр	19,27
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	67,2	2,07	0,64	13,3	28	3,39
			487,38	18,36	16,07	69,22		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50	18,69
2	002192	Гуляш мясной	195,99	12,17	14,86	2,67	50/40	53,99
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000083	Фрукт киви свежие	42,3	0,72	0,36	7,29	90	24,57
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	75,6	2,4	0,39	15,6	30	3,11
			568,92	22,56	22,14	66,79		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 26 - 30 Января 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	53,74
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
3	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,63
			548,11	24,07	24,33	55,98		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	112,07	15,61	5,42	0,44	80/5	58,82
2	000778	Картофель отварной	164,35	3,1	5,62	25,27	150	19,69
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	27,51
			341,96	20	11,57	39,46		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	001723	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	246,73	8,48	9,79	30,27	250/5	33,31
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	62,37	1,62	0,68	12,42	27	34,19
			449,71	15,09	14,3	63,6		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
3	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,50
			480,86	17	22,73	54,54		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003483	Залежанка из творога Б/Г	305,64	23,66	14,72	18,27	150	77,09
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	17,85	0,41	1,5	0,59	15	6,74
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	22,36
			362,77	25,09	16,65	26,68		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

(подпись) Погребняк С.В.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С.

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 26 - 27 Января 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
2	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			414,34	18,3	17,77	44,37			77,00
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		38,52
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22		4,09
			656,6	23,52	30,21	70,79			169,10
			1 070,94	41,82	47,98	115,16	Итого за день		246,10
Вторник									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным без сахара	154,56	6,08	6,15	17,72	200/2/5		36,83
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200		26,85
4	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,65
			357,7	17,78	15,49	33,83			88,20
		Обед							
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	53,56	1,85	2,7	5,28	100		7,73
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		38,96
3	001959	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,93	12,79	17,87	4,24	50/40		63,76
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,80
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21		3,77
			719,03	29,94	37,69	63,4			157,90
			1 076,73	47,72	53,18	97,23	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зеленый

(подпись)

Мед. работник

А.З.

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк

(подпись)

Погребняк С.В.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 28 - 29 Января 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

на 28 -29 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	243,87	26,19	10,28	10,16	150		85,31
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	35,7	0,81	3	1,17	30		13,49
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
			330,77	29,56	15,28	16,45			112,84
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		36,10
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16		1,57
			620,35	33,57	24,41	66,04			133,26
			951,12	63,13	39,69	82,49	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3		24,12
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,47
			360,6	17,76	15,07	36,95			73,02
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	13,5	0,59	0,1	2,81	90		20,57
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/		32,89
3	001535	Бефстроганов из мяса (говядина) Диета БГ Диета 9	165,74	11,84	11,18	4,28	40/50		86,22
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	67,2	2,07	0,64	13,3	28		3,40
			685,52	32,8	26,45	77,32			173,08
			1 046,12	50,56	41,52	114,27	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор

МЕНЮ

на 30 - 31 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	276,39	29,68	11,65	11,51	170		96,68
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	23,8	0,54	2	0,78	20		8,99
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,52
			300,2	30,22	13,65	12,29			107,19
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,67
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	60,88	2,9	1,45	8,96	170		14,29
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23		2,25
			422,6	26,12	19,24	35,24			138,91
			722,8	56,34	32,89	47,53	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	003653	Омлет запеченный натуральный Диета сахарный диабет	200,48	15,64	14,06	2,54	150		44,02
3	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		18,99
4	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			436,91	29,35	24,67	23,44			103,61
Обед									
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	42,85	1,48	2,16	4,22	80		6,18
2	002259	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	209,39	6,71	10,56	21,41	250/15/1		39,23
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003487	Картофель отварной	118,97	3,09	0,62	25,18	150		18,56
5	000308	Напиток из ягод без сахара	10,5	0,13	0,1	2,25	200		9,20
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	0,99	0,17	6,15	15		1,49
			580,63	31,32	19,93	68,54			142,49
			1 017,54	60,67	44,6	91,98	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор

(подпись)

Дд

на 26 - 27 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор

МЕНЮ

на 26 - 27 Января 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
2	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	003397	Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	54,36	0,3	1,32	10,32	1шт/12гр	10%	9,75
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			468,7	18,6	19,09	54,69			86,75
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50		18,69
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БГ, БМ	129,24	2,41	6,69	14,64	250/10/1		31,97
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	001565	Макароны с протертыми томатами	227,5	5,99	3,63	42,63	150		11,54
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	61,1	2,29	0,88	10,61	26		4,80
			804,92	28,45	29,06	105,18			159,35
			1 273,62	47,05	48,15	159,87	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	27,20
2	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	177,5	2,6	7,99	23,92	200/2/5		40,20
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000083	Фрукт киви свежие	42,3	0,72	0,36	7,29	90	10%	24,57
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	56,4	2,11	0,82	9,79	24		4,29
			420,19	15,65	18,38	45,77			99,14
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		24,57
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	001761	Пюре картофельное на кокосовом молоке Диета БМ	163,49	2,87	6,33	23,7	160		22,01
5	003315	Напиток смородиновый	51,8			12,95	200		20,10
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,65
			713,48	23,93	39,49	75,27			146,96
			1 133,67	39,58	57,87	121,04	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С.

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 28 - 29 Января 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ 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	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200		21,92
3	001258	Блинчики безмолочные	167,31	4,5	3,78	28,76	80		3,64
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
5	000220	Джем клубничный Махеев	54,4			13,6	20	без НДС	10,15
			606,13	23,94	27,53	65,66			85,32
Обед									
1	001503	Морковные палочки	23,59	0,91	0,07	4,83	70	10%	31,32
2	002234	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф БМ	163,08	6,67	11,04	8,87	250/30/1		41,82
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003292	Рис припущенный с овощами	219,1	4,06	5,82	37,49	160		13,39
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,60
			669,51	32,24	23,57	81,65			160,78
			1 275,64	56,18	51,1	147,31	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	1шт/40гр	без НДС	13,60
2	000271	Каша ячневая на кокосовом молоке	185,4	2,87	7,79	25,7	200/5		27,49
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	002230	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль клюквенный 11гр ТМ Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
			348,43	10,45	13,07	46,83			69,40
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	13,5	0,59	0,1	2,81	90		20,57
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/		32,89
3	001063	Поджарка из мяса (свинина)	243,17	14,84	17,94	4,7	60/30		68,47
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	144,55	3,48	1,88	28,34	160		21,76
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,03
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,08
			849,12	37,23	33,67	96,23			176,70
			1 197,55	47,68	46,74	143,06	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Технолог

(подпись)

Основина О.С.

Погребняк С.В.