



Директор
Л.С. Прохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 2 - 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	002870	Плов ароматный из булгура с мясом	352,25	17,38	15,42	34,69	50/150	66,57
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	1,99
			439,04	19,99	15,91	52,01		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000193	Тост двойной "Дуэт" с сыром "Гауда"	191,24	12,24	8,7	15,98	19/19/29	44,99
2	001121	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным без сахара	207,32	7,78	9,87	20,75	240/2/5	45,07
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	15,20
			447,95	20,55	18,98	46,74		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	59,71
2	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150	12,61
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	19,17
4	002258	Напиток из смородины и яблок диета 9	17,8	0,22	0,16	3,67	200	12,74
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	33,6	1,04	0,32	6,65	14	1,73
			474,16	27,78	25,13	32,92		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90	65,09
2	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,13
			330,58	22,86	6,84	43,77		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	42,85	1,48	2,16	4,22	80	6,18
2	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	218,26	13,56	16,52	2,89	60/40	64,85
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
4	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,74
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	93,6	2,89	0,9	18,53	39	4,76
			710,11	27,75	27,8	85,43		107,70

Шеф-повар

Б.С.
(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С.
(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

С.В.
(подпись)

Погребняк С.В.



на 2 - 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

Директор



МЕНЮ

на 2 - 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40	14,95
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	27,20
			415,1	17,85	15,49	53,57		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	38,05
2	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	29,52
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000074	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	22,63
			394,21	15,1	15,51	47,38		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	59,71
2	002060	Овощи тушеные без томатов	56,24	2,74	1,3	8,31	150	12,98
3	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	26,54
			382,83	22,1	21,23	24,69		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002233	Минтай запеченный БГ	92,45	15,83	1,72	3,55	80	57,86
2	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
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	22,67
			290,5	20,28	6,29	37,88		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	8,31
2	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	218,26	13,56	16,52	2,89	60/40	64,85
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,48
			595,51	22,72	27,86	62,29		107,70

Шеф-повар

Баш

(подпись)

Мед. работник

ИЗ

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)

Ракитина А.С.

Погребняк С.В.



Директор Орехова Е.С.

Директор

МЕНЮ

на 2 - 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5		18,69
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,93
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	44	1,45	0,24	9,02	22	2,12
			498,59	20,54	15,82	70,41		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003147	Тост с джемом	107,6	1,66	0,46	24,18	20/20	13,70
2	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	27,20
3	003363	Каша рисовая с маслом подс.на кокосовом молоке	184,76	2,23	7,73	27,32	200/5	29,33
4	000006	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7	2,99
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродиев" 20гр					1шт/20 гр	19,27
			487,35	14,58	17,8	67,07		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	56,53	0,5	5,08	2,39	80	18,63
2	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	59,71
3	001347	Овощи тушеные	64,46	3,07	1,54	9,49	180	15,13
4	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	72	2,22	0,69	14,25	30	3,65
			521,47	25,49	26,97	43,25		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001999	Минтай запеченный	107,99	18,94	2,05	3,73	95	67,95
2	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09	180	19,81
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,44
			393,25	24,02	9,53	52,27		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	8,31
2	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	44,34
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
5	000094	Фрукт мандарин свежий	60,8	1,28	0,32	12	2шт/80гр	36,82
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	79,2	2,44	0,76	15,68	33	4,07
			712,52	24,06	25,18	95,38		107,70

Шеф-повар

Зад
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.
(подпись)

Мед. работник

А.З.Т.
(подпись)

Технолог Погребняк С.В.
(подпись)



Директор
Борохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 2 - 3 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед **ОВЗ**

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ИДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003303	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,16	3,49	50/40		59,73
2	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,91
			398,62	21,65	11,52	50,64			94,00
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
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	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
4	001169	Рагу овощное	133,74	2,94	3,53	22,37	150		20,78
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	54	1,78	0,3	11,07	27		2,59
			601,18	26,9	27,79	60,68			152,10
			999,8	48,55	39,31	111,32		Итого за день	246,10
Вторник									
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		16,36
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200		26,85
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"	42,3	1,58	0,61	7,34	18		3,32
			385,12	19,47	12,72	45,09			67,99
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	18	0,88	0,2	2,69	100		26,13
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	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000074	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		2,39
8	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,64
			603,25	32,35	23,64	63,23			178,11
			988,37	51,82	36,36	108,32		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зенф
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник

А37
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)



Комбинат школьного питания "Центральный"
Орехова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 4 - 5 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ИДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	304,26	27,03	16,13	11,21	160		86,74
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	35,7	0,81	3	1,17	30		13,49
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,43
			417,35	32,4	22,89	18,44			121,83
Обед									
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	53,56	1,85	2,7	5,28	100		7,73
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/1		40,00
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	002258	Напиток из смородины и яблок диета 9	17,8	0,22	0,16	3,67	200		12,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23		2,76
			724,99	28,53	37,48	66,23			124,27
			1 142,34	60,93	60,37	84,67	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		40,69
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,47
			298,75	12,47	12,45	33,33			64,15
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		42,52
3	002161	Гуляш из говядины п/ф	170,27	12,17	12,04	3,34	40/50		81,63
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22		2,71
			550,97	28,14	26,24	49,72			181,95
			849,72	40,61	38,69	83,05	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А31

(подпись)

Технолог

С.В.

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 6 - 7 Февраля 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	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65				19,02
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3		24,12
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200		26,85
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		2,99
			376,88	18,07	15,16	38,91			75,42
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002309	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БГ, без сахара	179,52	6,99	12,04	10,27	250/30/10/1		48,30
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			615,71	32,12	24,82	65,18			170,68
			992,59	50,19	39,98	104,09		Итого за день	246,10
Суббота									
Завтрак									
1	003653	Омлет запеченный натуральный Диета сахарный диабет	200,48	15,64	14,06	2,54	150		44,02
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,38
			432,48	26,46	21,72	31,4			104,83
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	001347	Овощи тушеные	64,46	3,07	1,54	9,49	180		15,13
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	45,98	1,54	0,48	8,87	19		2,24
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			532,49	28,69	24,89	46,87			141,27
			964,97	55,15	46,61	78,27		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зелу
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

СВ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Комитет школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 2 - 3 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед **ОВЗ** для **Выходных** НДС

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003303	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,16	3,49	50/40		59,73
2	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	69,16	2,16	0,6	13,75	26		3,82
			446,87	21,52	11,13	68,67			93,72
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001288	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1		28,48
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
4	003197	Овощное рагу	135,35	3,28	4,05	21,41	150		19,74
5	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
6	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20		2,93
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			651,61	28,1	28,41	70,32			152,38
			1 098,48	49,62	39,54	138,99	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	003363	Каша рисовая с маслом подс.на кокосовом молоке	184,76	2,23	7,73	27,32	200/5		29,33
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			404,77	15,26	17,74	46,57			84,48
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,91
2	002234	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф БМ	156,21	6,39	10,57	8,5	250/20/1		31,60
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	153,38	2,74	5,88	22,3	160		17,61
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
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		2,39
8	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,3	1,58	0,61	7,34	18		3,25
			630,7	31,15	24,31	70,1			161,62
			1 035,47	46,41	42,05	116,67	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Заря

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 4 - 5 Февраля 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			
2	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	180		47,82
3	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	200/5		2,29
4	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	180	10%	44,46
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	1шт/50гр	20%	18,85
			660,09	22,98	35,49	62,95	20		2,47
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		8,31
2	002900	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины БМ	172,74	6,38	10,6	12,51	250/20/10/1		35,50
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	182,98	11,17	13,49	3,58	50/50	без НДС	54,55
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	75,6	2,4	0,39	15,6	30		3,14
			787,89	27,1	34,74	90,04			130,21
			1 447,98	50,08	70,23	152,99	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	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	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Corner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,80
			319,49	10,64	13,75	38,42			81,17
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	74,13	1,78	5,1	4,58	100		23,49
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		42,52
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150		71,82
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,08
			725,64	29,98	33,39	73,75			164,93
			1 045,13	40,62	47,14	112,17	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Без
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор Сорохова Е.С.



МЕНЮ

на 6 - 7 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		
2	003344	Макаронные изделия отварные	261	6,66	5,7	45,76	150		53,74
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		8,89
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,88
			546,27	24,27	23,56	58,05			2,04
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	10,5	0,46	0,08	2,19	70		
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	285,5	13,51	17,63	17,31	30/200		16,00
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		50,68
4	003172	Плов овощной	205,62	4,7	3,16	43,77	150		66,04
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		17,68
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100		10,49
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	10%	15,21
			763,4	38,43	27,96	92,99			2,45
			1 309,67	62,7	51,52	151,04	Итого за день		178,55
Суббота									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,38	21,73	0,96	180		
2	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200		47,82
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	21,92
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81	21		18,41
			422,8	20,42	24,22	30,27			2,55
									90,70
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		20,90
3	001343	Мясо свинины тушеное с овощами	193,29	11,3	14,4	3,93	50/50		41,10
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		55,21
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл		12,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	10%	20,74
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,39
			584,27	27,22	22,6	66,88			2,45
			1 007,07	47,64	46,82	97,15	Итого за день		155,40
									246,10

Шеф-повар *Зейф*
(подпись)

Мед. работник *АВЗ*
(подпись)

Диетолог Основа О.С.
(подпись)

Технолог *Зейф* Погребняк С.В.
(подпись)



Комитет школьного питания "Центральный"
 Директор Е.С. Орехова

Директор _____



МЕНЮ

на 2 - 3 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003303	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,16	3,49	50/40		59,73
2	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,42
			374,67	18,94	10,68	54,91			86,91
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60		13,71
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	222,95	9,33	11,52	20,37	250/10/1		30,12
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		61,88
4	001169	Рагу овощное	133,74	2,94	3,53	22,37	150		20,78
5	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	25,08	0,2	0,29	5,49	11		13,56
			598,08	24,39	26,95	63,94			159,19
			972,75	43,33	37,63	118,85			246,10
Вторник									
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	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	10%	16,43
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,42
			351,86	12,59	13,81	43,79			82,68
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,91
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	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	36,48	0,29	0,42	7,98	16		21,10
			519,36	28,33	21,94	51,2			163,42
			871,22	40,92	35,75	94,99			246,10
Итого за день									

Шеф-повар Зел
 (подпись)

Мед. работник ИЗ
 (подпись)

Диетолог Основина О.С.
 (подпись)

Технолог Погребняк С.В.
 (подпись)



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



Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 4 - 5 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ИПС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	301,9	18,83	23,63	3,13	150/5		62,68
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,27
			429,26	24,28	27,77	20,03			103,41
Обед									
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80		8,31
2	003136	Рассольник Ленинградский с мясом свинины и с зеленью БГ, БМ	164,45	6,02	10,05	12,53	250/20/1		25,72
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
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"	43,89	1,14	0,48	8,74	19		24,22
			776,2	26,57	37,16	82,47			142,69
			1 205,46	50,85	64,93	102,5	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	247,73	7,61	9,24	31,8	250/5		35,44
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korper	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
4	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	19,11
			322,84	11,69	11,12	42,36			79,33
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	002080	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью БГ	179,56	9,25	11,19	10,19	250/10/1		32,31
3	003641	Жаркое "По-деревенски" с мясом	282,51	14,55	15,4	20,5	50/150		70,26
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17		22,18
			651,86	27,44	31,39	62,33			166,77
			974,7	39,13	42,51	104,69	Итого за день		246,10

Шеф-повар *Зел*
(подпись)

Диетолог Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник *АВ*
(подпись)

Технолог *С.В. Погребняк*
(подпись)



на 6 - 7 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед
Горохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65				19,02
2	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		38,52
3	000385	Кефир	50	3	2,5	3,9	100		12,78
4	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,42
			376,64	7,43	12	59,6			88,03
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002309	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БГ, без сахара	164,38	6,41	11,02	9,41	250/20/10/1		27,87
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003172	Плов овощной	205,62	4,7	3,16	43,77	150		17,68
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14		17,70
			580,7	29,69	20,86	73,09			158,07
			957,34	37,12	32,86	132,69			246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200		1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,26
			403,14	22,54	21,44	29,84			91,41
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,67
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		23,35
			499	26,21	24,13	42,73			154,69
			902,14	48,75	45,57	72,57			246,10

Шеф-повар

Зей
(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)