



Комитет школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С.

Директор

подпись

МЕНЮ

на 16 - 17 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

на 16 - 17 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45		60,45
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,64
			386,25	20,42	11,27	48,93			95,73
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	002216	Суп-папша 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	6,15	0,21	0,03	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	58,75	2,2	0,85	10,2	25		4,46
			378,5	15,75	14,6	45,98			150,37
			764,75	36,17	25,87	94,91	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	79,5	4,5	3,75	5,85	150		20,13
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,94
			322,5	15,79	13,77	31,77			79,43
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	12,6	0,61	0,14	1,88	70		18,29
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1		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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	50	1,65	0,28	10,25	25		2,43
			552,45	30,35	22,68	55,17			166,67
			874,95	46,14	36,45	86,94	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 18 - 19 Февраля 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	285,24	25,34	15,12	10,51	150		81,31
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	23,8	0,54	2	0,78	20		8,99
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,45
			411,43	31,94	22,13	19,3			118,31
Обед									
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	42,85	1,48	2,16	4,22	80		6,18
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/		40,00
3	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40		54,63
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,80
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	1,98	0,33	12,3	30		2,87
			695,67	28,41	35,18	64,45			127,79
			1 107,1	60,35	57,31	83,75	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	160,77	6,66	5,95	19,84	200/5		24,24
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	65,34	2,19	0,68	12,61	27		3,21
			328,12	14,85	11,63	40,85			53,82
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	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,47
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
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	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
			674,9	30,46	27,37	75,58			192,28
			1 003,02	45,31	39	116,43	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зеленый
(подпись)

Мед. работник

ИЗ
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)



ДО Комплекс школьного питания "Центральный"
Егорова Е.С.

МЕНЮ

на 20 - 21 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ



на 20 - 21 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ИДС	Цена
Пятница									
		Завтрак					14,5		19,02
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65				
		Каша молочная кукурузная с маслом сливочным без сахара	168,94	6,07	5,94	21,41	200/3		24,80
2	003302	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	000402	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	001013	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
5	000017		344,26	16	13,81	37,42			68,20
		Обед					80		20,91
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15			
		Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью	178,01	7,96	11,35	10,88	250/20/10/1		57,94
2	003515	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
3	000279	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
4	003290	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
5	000302	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
6	000074	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	64,8	2	0,62	12,83	27		3,29
7	000017		634,6	33,62	24,31	68,8			177,90
			978,86	49,62	38,12	106,22	Итого за день		246,10
Суббота									
		Завтрак					14,5		19,02
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65				
		Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	001250	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
3	000385	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
4	000294	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
5	000014		441,51	28,21	25,96	22,85			99,07
		Обед					80		20,90
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15			
		Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
2	001423	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
3	001215	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
4	001347	Напиток из смородины и яблок диета 9	17,8	0,22	0,16	3,67	200		12,74
5	002258	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,03
6	000014	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16		1,92
7	000017		515,21	27,86	24,57	44,17			147,03
			956,72	56,07	50,53	67,02	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор
Горохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 16 - 17 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

на 16-17 февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45		60,45
2	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21		3,89
			421,33	19,87	10,9	63,93			95,10
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
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	6,15	0,21	0,03	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,64
			424,77	16,59	14,65	56,17			151,00
			846,1	36,46	25,55	120,1	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	221,88	3,25	9,99	29,9	250/2/5		50,26
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	65,52	2,08	0,34	13,52	26		2,72
			413,01	15,49	19,53	43,98			81,69
		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	001761	Пюре картофельное на кокосовом молоке Диета БМ	163,49	2,87	6,33	23,7	160		22,01
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			640,51	31	24,13	73,42			164,41
			1 053,52	46,49	43,66	117,4	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

ИЗ
(подпись)

Диетолог

Ос
(подпись)

Основина О.С.

Технолог

Пог
(подпись)

Погребняк С.В.



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

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 18 - 19 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

на 18 - 19 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтракобед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	298,64	19,31	24,15	1,07	200		53,13
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	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		1,79
			472,77	22,65	25,22	37,86			125,53
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/		35,50
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	без НДС	44,34
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"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,78
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,93
			773,6	26,07	33,2	91,06			120,57
			1 246,37	48,72	58,42	128,92	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	без НДС	13,60
2	003373	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке	211,82	3,42	8,13	31,95	200/5		29,60
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	003606	Печенье овсяное "Клюковка"	248,29	3,66	9,21	37,69	50	без НДС	23,42
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,64
			576,16	13,94	22,49	80,19			69,65
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	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	144,55	3,48	1,88	28,34	160		21,76
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
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
			811,66	31,37	35,39	89,14			176,45
			1 387,82	45,31	57,88	169,33	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



Комитет школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

на 20 21 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ									
№ 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		53,74
2	003344	Макаронные изделия отварные	261	6,66	5,7	45,76	150		8,89
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	73,08	2,32	0,38	15,08	29		3,01
			578,55	25,33	23,55	65,05			68,52
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50		18,69
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200		71,11
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	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
			798,54	39,91	31,12	88,64			177,58
			1 377,09	65,24	54,67	153,69	Итого за день		246,10
Суббота									
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	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр					1шт/20 гр	10%	19,27
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,38
			389,98	19,7	24,03	23,8			91,39
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	001745	Гуляш мясной	188,98	11,1	14,12	3,75	50/50		54,71
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	10%	20,74
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,56	1,46	0,45	8,41	18		2,19
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
			575,12	26,86	22,27	65,77			154,71
			965,1	46,56	46,3	89,57	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

ИЗ
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

С.В.
(подпись) Погребняк С.В.



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

Директор



МЕНЮ

на 16 - 17 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	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45		60,45
2	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			368,94	17,6	10,34	55,35			88,21
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)	222,95	9,33	11,52	20,37	250/10/1		30,12
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,85
			372,93	12,84	13,23	50,6			157,89
			741,87	30,44	23,57	105,95	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	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
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	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,42
			341,64	14,12	14,31	38,33			80,59
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	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	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	23,1	0,6	0,25	4,6	10		12,97
			513,38	28,93	22,28	48,21			165,51
			855,02	43,05	36,59	86,54	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор
О.С. Основина Е.С. _____
(подпись)

МЕНЮ

на 18 - 19 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	285,24	25,34	15,12	10,51	150		81,31
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	23,8	0,54	2	0,78	20		8,99
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,89
			427,43	31,94	22,13	23,3			118,75
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	172,74	6,32	10,56	13,16	250/20/1		35,94
3	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40		54,63
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200		6,57
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13		16,59
			705,67	26,53	36,1	67,05			127,35
			1 133,1	58,47	58,23	90,35	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5		29,79
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,26
			327,33	11,69	11,88	43,12			68,61
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	002574	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью БГ*	222,16	12,15	12,26	15,38	250/20/1		32,95
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		22,70
			761,4	30,71	33,77	81,1			177,49
			1 088,73	42,4	45,65	124,22	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)



на 20 - 21 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

МЕНЮ

Директор



на 20 21 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5		28,35
2	000402	Ряженка	51	3	2,5	4,2	100		12,99
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,26
			300,41	9,39	10,28	41,22			62,28
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200		71,11
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	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14		18,29
			723,26	36,68	30,76	73,93			183,82
			1 023,67	46,07	41,04	115,15	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		52,23
2	000385	Кефир	50	3	2,5	3,9	100		12,78
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200		1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,41
			377,31	19,41	22,49	24,03			82,14
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	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	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	10%	20,74
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		18,11
			534,61	25,75	23,92	52,86			163,96
			911,92	45,16	46,41	76,89	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

ЛБ
(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 16 - 20 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	124,5	14,57	5,36	4,3	50/50	67,16
2	001329	Булгур припущенный	182,49	4,89	4,22	30,76	150	17,49
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	002899	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	50	1,65	0,28	10,25	25	2,36
			415,78	21,73	10,35	57,28		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	140,09	19,51	6,78	0,54	100/5	73,25
2	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160	26,54
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	000028	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	3,00
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,47
			391,69	26,25	12,09	44,19		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	36,83
3	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,74
4	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	25,98
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	2,72
			424,99	19	15,49	51,33		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50	82,47
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
3	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,60
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,62
			416,32	20,08	17,6	44,1		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	95,14	5,38	4,11	9,13	17/14,5	22,19
2	003484	Запеканка из творога Диета 9	266,22	23,65	14,11	9,81	140	75,90
3	002968	Топлинг Сметана м.д.ж 10%	21,42	0,49	1,8	0,7	18	8,09
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,52
			382,79	29,52	20,02	19,64		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

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

Технолог

(подпись) Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 16 - 20 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	003526	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	115,4	14,46	5,16	2,65	50/40	57,70
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	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
5	001790	Хлеб станичный безбелковый безглютеновый					22	24,93
			374,31	20,87	11,76	45,01		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	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	001790	Хлеб станичный безбелковый безглютеновый					19	21,71
			268,54	18,98	9,54	26,49		107,70
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	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
3	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	29,52
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	001790	Хлеб станичный безбелковый безглютеновый					18	20,98
			393,59	10,9	18,62	45,02		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50	82,47
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	001790	Хлеб станичный безбелковый безглютеновый					17	19,53
			372,53	18,02	18,16	33,94		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003483	Запеканка из творога Б/Г	305,64	23,66	14,72	18,27	150	77,09
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	1,51
4	001790	Хлеб станичный безбелковый безглютеновый					18	20,11
			329,45	24,2	16,72	19,05		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 16 - 20 Февраля 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	10,5	0,46	0,08	2,19	70	16,00
2	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45	60,45
3	003344	Макаронные изделия отварные	278,4	7,1	6,08	48,81	160	9,48
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
5	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	18,25
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	2,01
			499,36	22,62	11,69	75,24		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
2	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150	16,51
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродит" 20гр					1шт/20 гр	19,27
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24	3,00
			345,86	21,97	12,17	37,01		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	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	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	24,17
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	66	2,18	0,36	13,53	33	3,19
			499,56	16,74	17,89	68,4		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	20,67
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	321,28	15,24	13,08	35,13	50/150	55,03
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22	2,66
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,64
			567,42	20,11	19,96	75,62		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80	18,79
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,36
			578,76	21,27	19,91	80,16		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.