



МЕНЮ

на 2 - 3 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ВВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001958	Чахохбили из филе куриного классическое	121,01	13,7	5,06	5,11	50/45		67,14
2	003290	Булгур припущенный	233,29	5,82	6,72	36,83	180		12,95
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	10%	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,64
			456,93	21,83	12,74	62,22			100,38
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	000317	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (гречневые рожки)	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1		42,80
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
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		2,39
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			615,52	28,12	29,32	59,07			145,72
			1 072,45	49,95	42,06	121,29	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001121	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным без сахара	173,49	6,51	8,26	17,36	200/2/5		40,77
3	000960	Кефир	100	6	5	7,8	200	10%	25,57
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
			361,93	17,72	17,13	33,36			88,81
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	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	50	1,65	0,28	10,25	25		2,38
			503,65	29,96	22,28	45,96			157,29
			865,58	47,68	39,41	79,32	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Технолог

(подпись)

**МЕНЮ**

на 4 - 5 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтракобед ОБЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	340,98	28,97	18,7	12,49	180		99,07
2	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,05
			383,37	31,43	20,71	15,82			118,56
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
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	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	37,6	1,41	0,54	6,53	16		2,98
			645,47	26,89	33,37	56,74			127,54
			1 028,84	58,32	54,08	72,56	Итого за день		246,10
Четверг									
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		27,35
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
4	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			345,85	16,69	15,3	35,05			68,32
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	001535	Бефстроганов из мяса (говядина) Диета БГ Диета 9	165,74	11,84	11,18	4,28	40/50		86,22
4	001317	Картофельные шарики запеченные	149,01	3,58	1,94	29,21	160		23,22
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	44,65	1,67	0,65	7,75	19		3,37
			602,96	28,1	26	63,41			177,78
			948,81	44,79	41,3	98,46	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 6 - 7 Март 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	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		52,23
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			406,37	23,35	24,96	21,62			82,75
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002211	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф	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	001600	Булгур с овощами диета безмолочная	195,56	5,51	3,68	34,53	150		15,47
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18		2,15
			614,99	33,56	21,36	71,34			163,35
			1 021,36	56,91	46,32	92,96		Итого за день	246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			466,51	29,71	27,21	24,8			105,46
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	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,65
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,22
			492,52	27,1	24,31	39,76			140,64
			959,03	56,81	51,52	64,56		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зелу
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А В
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 2 - 3 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	001958	Чахохбили из филе куриного классическое	114,64	12,98	4,79	4,84	45/45		61,68
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	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл					1шт/125мл	10%	17,88
5	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	65,34	2,19	0,68	12,61	27		3,20
			437,81	20,64	10,98	68,14			118,38
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	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			612,42	27,5	29,16	58,98			127,72
			1 050,23	48,14	40,14	127,12	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	001715	Каша геркулесовая на кокосовом молоке с клубникой Диета БМ	228,99	3,76	10,81	29,41	250/2/5		51,29
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56	28		2,98
			425,16	16,16	20,37	44,53			82,98
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40		14,95
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	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000094	Напиток из вишни	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000094	Фрукт мандарин свежий	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
8	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		1,91
			614,77	31,3	23,32	69,42			163,12
			1 039,93	47,46	43,69	113,95	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зеленый
(подпись)

Мед. работник

А. З.
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 4 - 5 Март 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	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Kogner	56,6	2,4	0,6	10,4	2шт/10гр	10%	46,54
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
			433,61	21,67	22,96	34,21			114,24
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
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	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	10%	20,74
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,3	1,58	0,61	7,34	18		3,28
			724,23	25,73	29,61	86,6			131,86
			1 157,84	47,4	52,57	120,81	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	27,20
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	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	1шт/50гр	22%	18,85
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,38
			626,83	18,55	30,58	71,65			78,42
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	002195	Мясо тушеное с овощами (свинина) п/ф	194,75	12,23	14,96	2,77	50/40		54,38
4	001317	Картофельные шарики запеченные	139,7	3,36	1,82	27,38	150		21,77
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
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"	39,95	1,5	0,58	6,94	17		3,10
			799,49	31,45	35,5	86,48			167,68
			1 426,32	50	66,08	158,13	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Машов
(подпись)

МЕНЮ

на 6 - 7 Март 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	313,2	7,99	6,84	54,91	180		10,66
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
			608,07	25,94	24,57	69,52			69,39
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60		13,71
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	285,5	13,51	17,63	17,31	30/200		50,68
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	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		2,90
			771,5	38,66	28,04	94,58			176,71
			1 379,57	64,6	52,61	164,1	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	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Corner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			418,28	20,9	24,33	29			95,40
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	18	0,88	0,2	2,69	100		26,12
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	001343	Мясо свинины тушеное с овощами	170,55	9,97	12,71	3,47	40/50		44,99
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	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22		2,75
			569,93	26,22	21	67,91			150,70
			988,21	47,12	45,33	96,91	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зенц
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	НДС	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001958	Чахохбили из филе куриного классическое	114,64	12,98	4,79	4,84	45/45	61,68
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12	15,42
			418,53	17,94	10,71	66,12		104,66
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71
2	000317	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (гречневые рожки)	223,61	9,71	11,52	20,28	250/10/1	33,96
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	59,42
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150	12,61
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	29,64	0,23	0,34	6,49	13	17,13
			570,52	24,58	28,23	53,79		141,44
			989,05	42,52	38,94	119,91	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	001724	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5	28,35
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	16,43
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12	15,42
			341,64	13,4	13,84	39,46		80,73
Обед								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
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	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13	16,65
			516,88	29,17	22,24	49,89		165,37
			858,52	42,57	36,08	89,35	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зенц
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АЗ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	160		88,06
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,05
			361,48	28,21	18,63	18,43			107,99
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
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	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13		16,72
			659,03	25,94	32,13	64,67			138,11
			1 020,51	54,15	50,76	83,1	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	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	19,11
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,26
			299,13	10,07	9,71	42,63			68,55
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	181,5	9,25	11,19	10,73	250/10/1		33,69
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	001317	Картофельные шарики запеченные	139,7	3,36	1,82	27,38	150		21,77
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,51
			754,45	28,12	35,88	77,46			177,55
			1 053,58	38,19	45,59	120,09	Итого за день		246,10

Шеф-повар Бел
(подпись)

Диетолог Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник А.В.
(подпись)

Технолог Погребняк С.В.
(подпись)



МЕНЮ

на 6 - 7 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		52,23
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,27
			379,99	20,51	23,84	20,55			93,27
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002211	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф	149,34	6,11	10,1	8,13	250/10/1		21,38
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"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		18,95
			567,94	29,41	19,97	72,31			152,83
			947,93	49,92	43,81	92,86	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
3	003121	Чай с сахаром	16,01			4	200		0,83
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13		16,70
			339,52	20,92	20,14	18,37			81,15
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"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,10
			536,92	25,81	23,95	53,32			164,95
			876,44	46,73	44,09	71,69	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зач
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А. В.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
3	001329	Булгур припущенный	182,49	4,89	4,22	30,76	150	17,49
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	39,96	2,47	0,5	6,39	18	2,60
			468,3	23,22	18,91	50,08		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000192	Тост двойной с сыром "Гауда"	172,34	12,43	8,26	12,07	34/29	44,28
2	001121	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным без сахара	173,49	6,51	8,26	17,36	200/2/5	40,77
3	001010	Чай с апельсином диета 9	2,74	0,06	0,01	0,57	200	2,24
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	2,00
			426,85	21,16	16,94	45,88		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001579	Сыр "Российский" порционно	35,45	2,45	2,85		10	11,04
2	003522	Шурпа "По-деревенски" из мяса птицы	214,63	16,28	8,88	17,19	50/150	68,06
3	000960	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	19,18
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	2,11
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,59
			432,38	26,67	16,5	43,56		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	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,56	1,46	0,45	8,41	18	2,13
			333,34	23,06	6,9	44,1		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003298	Огурцы свежие	12	0,52	0,09	2,5	80	18,28
2	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40	55,73
3	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,25
			592,27	22,54	22,3	73,68		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	61,88
2	001330	Рис припущенный	212,5	4,54	4,09	44,11	17,25
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	2,88
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	25,69
			457,75	19,28	18,12	58,75	107,70
Вторник							
Завтрак							
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31	29	38,05
2	003683	Каша молочная рисовая с яблоком с маслом сливочным	194,89	5,76	7,34	26,04	38,04
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	2,69
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	53,13	1,38	0,58	10,58	28,92
			363,62	14,97	15,24	41,19	107,70
Среда							
Завтрак							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	13,71
2	003522	Шурпа "По-деревенски" из мяса птицы	214,63	16,28	8,88	17,19	68,06
3	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	4,61
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	21,32
			305,83	17,78	9,47	37,07	107,70
Четверг							
Завтрак							
1	002233	Минтай запеченный БГ	92,45	15,83	1,72	3,55	57,86
2	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	24,88
3	000140	Чай Ройбуш	0,01			200	1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	23,45
			272,8	20,23	6,28	33,73	107,70
Пятница							
Завтрак							
1	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	55,73
2	001036	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	12,01
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	2,77
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	21,98
			549,94	20,11	21,97	66,05	107,70

Шеф-повар

Белф
(подпись)

Мед. работник

А. З
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А. С.
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

С. В.
(подпись) Погребняк С.В.



МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Документ	Выход	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003299	Помидоры свежие	18	0,88	0,2	2,69		100	26,12
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23		90	61,88
3	001607	Рис припущенный Диета БМ	253,34	5,05	6,24	49,54		180	11,37
4	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21		200/7	2,88
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81		21	2,48
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1		20	2,97
			565,61	23,91	21,06	74,58			107,70
Вторник									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28		40	13,60
2	001715	Каша геркулесовая на кокосовом молоке с клубникой Диета БМ	209,75	3,45	9,9	26,94		230/2/5	45,29
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57		200	2,69
4	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42		200	43,76
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	55,44	1,76	0,29	11,44		22	2,36
			538,73	13,35	15,8	85,23			107,70
Среда									
Завтрак									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88		60	13,71
2	003522	Шурпа "По-деревенски" из мяса птицы	214,63	16,28	8,88	17,19		50/150	68,06
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56		28	2,91
			367,52	19,64	9,56	49,81			107,70
Четверг									
Завтрак									
1	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53		90	64,38
2	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09		180	19,81
3	000140	Чай Ройбуш	0,01					200	1,51
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8		100	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34		20	2,39
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	56,4	2,11	0,82	9,79		24	4,40
			426,67	25,22	10,27	57,55			107,70
Пятница									
Завтрак									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5		80	18,29
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	315,37	14,96	12,84	34,48		40/160	46,37
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91		200	2,77
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8		100	15,21
5	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиегт"	67,14	1,06	0,44	14,76		1шт/20 гр	19,27
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4		20	2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	72	2,22	0,69	14,25		30	3,68
			625,69	21,29	14,74	101,1			107,70

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

А. В
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А. С.
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

С. В.
(подпись) Погребняк С.В.