



МЕНЮ

на 10 - 13 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	112,07	15,61	5,42	0,44	80/5	58,82
2	001612	Макаронные изделия отварные	323,45	7,99	7,77	54,91	180	10,87
3	003315	Напиток смородиновый	51,8			12,95	200	20,10
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22	2,70
			587,12	25,7	14,1	88,55		107,70
Среда								
Завтрак								
1	003635	Огурцы свежие с маслом	56,25	0,49	5,08	2,35	80	18,22
2	001745	Гуляш мясной	168,4	9,89	12,58	3,34	40/50	44,50
3	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09	180	19,81
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
5	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродит"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	19,27
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,96	1,84	0,3	11,96	23	2,47
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			562,31	17,68	25,23	65,7		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	003300	Капуста квашеная с маслом	37,06	0,89	2,55	2,29	50	11,75
2	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	71,82
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	61,18	1,91	0,53	12,17	23	3,43
			428,26	17,94	18,63	45,19		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50	18,69
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	50/150	63,26
3	002038	Напиток яблочно-вишнёвый	44,44	0,17	0,12	10,53	200	8,17
4	000074	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	2,37
			493,12	19	15,97	70,33		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 10 - 14 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200	4,61
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	25,04
			402,56	24,68	11,41	49,88		107,70
Среда								
Завтрак								
1	003689	Запеканка из творога Б/Г со сметаной	303,27	22,57	15,21	17,68	150	78,60
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
3	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	27,59
			351,79	23,83	15,74	27,34		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71
2	003641	Жаркое "По-деревенски" с мясом	282,51	14,55	15,4	20,5	50/150	70,26
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	21,44
			348,49	16,01	15,91	34,35		107,70
Пятница								
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	002038	Напиток яблочно-вишнёвый	44,44	0,17	0,12	10,53	200	8,17
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	21,90
			481,09	17,03	22,75	54,65		107,70
Суббота								
Завтрак								
1	002594	Шурпа "По-деревенски"	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160	62,04
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	17,06
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,72
			380,45	15,84	18,63	36,23		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

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

Технолог

(подпись) Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 10 - 14 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
Завтрак								
1	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным						
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	114,18	17,61	4,73	0,56	90/5	72,74
3	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
4	000074	Фрукт яблоко свежее	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
			79,2	2,44	0,76	15,68	33	4,02
			440,88	26,5	10,72	58,67		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы						
2	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
3	000140	Чай Ройбуш	293,62	24,95	16,1	10,75	155	85,31
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	0,01				200	1,51
			38	1,25	0,21	7,79	19	1,86
			380,06	30,09	19,96	18,54		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)						
2	003641	Жаркое "По-деревенски" с мясом	7,5	0,33	0,06	1,56	50	11,43
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	282,51	14,55	15,4	20,5	50/150	70,26
4	000094	Фрукт мандарин свежий	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000028	Хлеб пшеничный тостовый	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,93
			46	1,52	0,25	9,43	23	2,23
			422	18,76	16,34	48,28		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы						
2	003297	Плов ароматный из булгура с мясом	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
3	002236	Напиток яблочно-вишнёвый без сахара	340,66	15,86	13,29	38,17	45/160	62,76
4	000074	Фрукт яблоко свежее	11,4	0,14	0,11	2,3	200	6,13
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
			91,96	3,08	0,95	17,75	38	4,58
			539,45	23,44	18,4	68,02		107,70
Суббота								
Завтрак								
1	002594	Шурпа "По-деревенски"						
2	000297	Какао-напиток молочный с витам.С диета 9	281,03	12,41	16,42	20,07	45/160	67,15
3	001496	Кефир	61,1	3,72	2,95	4,2	200	18,99
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	63	2	0,33	13	25	2,58
			40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			485,13	21,85	21,92	48,59		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 10 - 11 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед



на 10 - 11 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Вторник									
Завтрак									
1	002876	Плов ароматный с мясом	322,73	13,59	12,66	37,91	40/160		54,28
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
			393,88	16,15	13,18	51,95			80,85
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	26,4	1,2		5,4	60		22,43
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БГ, БМ	129,24	2,41	6,69	14,64	250/1		31,97
3	003496	Нагетсы куриные хрустящие	190,2	8,4	10,68	15,12	84		54,39
4	003682	Макароны в томатном соусе	246,45	6,06	5,64	42,54	150		12,71
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16		1,94
			753,09	19,89	23,54	114,3			165,25
			1 146,97	36,04	36,72	166,25	Итого за день		246,10
Среда									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	5шт/40гр	без НДС	27,20
2	001992	Каша на кокосовом молоке геркулесовая с клубникой и яблоком и маслом подсолнечное	185,54	3	8,63	24,1	200/2/5		40,99
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	55,44	1,76	0,29	11,44	22		2,31
			469,57	15,7	18,67	58,85			117,84
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	74,13	1,78	5,1	4,58	100		23,49
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		24,57
3	002300	Котлета мясная "По-деревенски"	212,21	12,02	11,36	15,48	90		46,48
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	153,38	2,74	5,88	22,3	160		17,61
5	002343	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200		12,09
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		1,91
			702,82	23,61	34,67	84,94			128,26
			1 172,39	39,31	53,34	143,79	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 12 - 13 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

на 12 - 13 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Четверг									
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
4	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	1шт/50гр	22%	18,85
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	56	1,85	0,31	11,48	28		2,68
			685,58	23,75	36,99	65,54			106,48
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001966	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БМ	162,05	6,43	10,53	9,95	250/20/1		33,65
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003289	Рис припущенный	225,22	4,49	5,55	44,03	160		10,10
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21		2,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,90
			681,49	32,74	22,96	89,9			139,62
			1 367,07	56,49	59,95	155,44	Итого за день		246,10
Пятница									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	27,20
2	000262	Каша пшеничная на кокосовом молоке	178,82	3,12	7,57	25,36	200/5		25,48
3	003083	Пряник песочный шоколадный	273,89	3,65	15,17	30,69	50	без НДС	14,85
4	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,93
			618,32	18,25	32,16	64,81			70,21
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	275,99	13,84	11,83	26,61	250/10/10/1		24,05
3	002161	Гуляш из говядины п/ф	170,27	12,17	12,04	3,34	40/50		81,63
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	60,48	1,92	0,31	12,48	24		2,54
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			790,99	33,97	26,9	101,2			175,89
			1 409,31	52,22	59,06	166,01	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"

Директор



на 10 - 11 Март 2 026 г. МЕНЮ

Наименование

Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Вторник									
Завтрак									
1	002876	Плов ароматный с мясом	322,73	13,59	12,66	37,91	40/160		54,28
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			350,1	13,81	12,97	43,9			71,20
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90		57,06
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	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,88
			437,7	24,13	13,41	54,53			174,90
			787,8	37,94	26,38	98,43			246,10
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	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5		28,21
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	001494	Молоко питьевое банановое обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	10%	16,43
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,42
			346,56	13,64	13,82	40,84			81,96
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	44,48	1,07	3,06	2,75	60		14,09
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	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	002343	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200		12,09
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	30,03	0,78	0,33	5,98	13		17,24
			660,04	28,49	32,62	62,57			164,14
			1 006,6	42,13	46,44	103,41			246,10

Шеф-повар

Зен
(подпись)

Мед. работник

А. 87
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 12 - 13 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

на 12 13 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОБЗ									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Четверг									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	003121	Чай с сахаром	16,01						
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	200		0,83
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	100	10%	15,21
			316,14	17,01	16,84	23,24	15		19,25
									79,74
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/		39,44
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
5	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		4,82
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		25,69
			634,54	30,93	23,62	78,16			166,36
			950,68	47,94	40,46	101,4	Итого за день		246,10
Пятница									
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	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
4	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,28
			356,27	15,38	15,17	38,19			86,57
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001728	Суп гороховый с мясом птицы Диета БГ	230,77	12,39	11,56	17,41	250/10		21,62
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,96	0,96	0,4	7,36	16		21,05
			567,17	19,82	18,24	78,61			159,53
			923,44	35,2	33,41	116,8	Итого за день		246,10

Шеф-повар


(подпись)

Мед. работник


(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор

МЕНЮ

на 10 - 11 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Вторник								
		Завтрак						
1	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40	55,73
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	10,79
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
			456,11	18,71	22,23	43,94		70,13
Обед								
1	003299	Помидоры свежие	18	0,88	0,2	2,69	100	26,12
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	50,74
3	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90	57,06
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150	14,23
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200	7,04
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,37
			404,77	26,42	13,94	41,36		175,97
			860,88	45,13	36,17	85,3	Итого за день	246,10
Среда								
		Завтрак						
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	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
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	2,44
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
			350,46	16,54	15,91	33,99		83,43
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
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	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
5	002355	Напиток фруктово-ягодный с клюквой без сахара	10,5	0,13	0,08	2,43	200	11,20
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16	1,70
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			659,12	30,34	30,43	66,06		162,67
			1 009,58	46,88	46,34	100,05	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зелу-
(подпись)

Мед. работник

А.З.

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 12 - 13 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Четверг									
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	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			458,68	25,99	23,68	34,06			101,60
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	18	0,88	0,2	2,69	100		26,12
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/		39,44
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"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,64
			636,14	34,03	24,49	68,63			144,50
			1 094,82	60,02	48,17	102,69	Итого за день		246,10
Пятница									
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	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,65
			378,45	16,66	15,39	42,48			83,15
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001728	Суп гороховый с мясом птицы Диета БГ	247,61	13,29	12,4	18,68	250/20		30,46
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	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36	1,19	0,2	7,38	18		1,73
			609,85	30,68	26,62	60,4			162,95
			988,3	47,34	42,01	102,88	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)