



МЕНЮ

на 16 - 20 Март 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	003304	Чахохбили из филе куриного с томатами	119,47	14,49	5,16	3,68	50/40	59,20
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,70
			427,26	23,71	12,63	53,19		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90	65,09
2	001873	Пюре картофельное	185,01	4,43	5,48	29,2	200	33,18
3	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
4	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,86
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23	2,85
			409,52	25,64	8,55	57,16		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	22,14
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным без сахара	209,75	7,63	9,5	22,19	250	46,04
3	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
4	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	1,94
			449,46	18,79	16,04	55,62		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
2	003079	Картофельные дольки по-деревенски	126,49	3,04	1,64	24,8	140	19,04
3	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,60
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,97
			402,85	18,56	15,91	45,96		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	22,14
2	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	284,15	24,14	15,58	10,41	150	82,56
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	0,99	0,17	6,15	15	1,49
			400,33	31,35	19,88	22,6		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 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001614	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	56,24
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
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	18,41
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	24,51
			401,12	18,17	11,39	54,93		107,70
Вторник								
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	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5	1,85
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,11
			274,5	20,28	6,29	33,88		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	271,56	8,62	9,64	37,08	250/5	35,29
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	57,75	1,5	0,63	11,5	25	32,21
			469,92	15,11	14,1	69,49		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
2	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,75
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	24,67
			360,08	17,88	15,76	36,54		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003689	Запеканка из творога Б/Г со сметаной	323,49	24,07	16,22	18,86	160	83,84
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
3	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	22,35
			362,77	25,09	16,65	26,68		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 16 - 20 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-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	003304	Чахохбили из филе куриного с томатами	119,47	14,49	5,16	3,68	50/40	59,20
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21	3,85
			444,93	23,79	12,66	57,54		107,70
Вторник								
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	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	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,86
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21	2,56
			446,05	24,72	9,96	63,69		107,70
Среда								
Завтрак								
1	003147	Тост с джемом	107,6	1,66	0,46	24,18	20/20	13,76
2	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
3	003373	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке	263,72	4,26	10,12	39,78	250/5	36,73
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиет"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	19,27
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	66	2,18	0,36	13,53	33	3,16
			659,44	15,34	16,16	113,44		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	003300	Капуста квашеная с маслом	37,06	0,89	2,55	2,29	50	11,75
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
3	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
4	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	75,6	2,4	0,39	15,6	30	3,18
			469,54	20,28	18,35	55,62		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	26,4	1,2		5,4	60	22,43
2	002875	Глов 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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			556,86	20,79	15,85	84,87		107,70

Шеф-повар

Зелу

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

А. В

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)

Погребняк С.В.



АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Директор



МЕНЮ

на 16 - 17 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак Обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	80		57,06
2	001036	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150		12,01
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		19,28
			363,76	23,13	10,58	43,36			90,64
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	000317	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (гречневые рожки)	223,61	9,71	11,52	20,28	250/20/1		33,96
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150		66,36
4	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,10
			602,81	26,26	30,66	54,24			155,46
			966,57	49,39	41,24	97,6		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	003683	Каша молочная рисовая с яблоком с маслом сливочным	194,89	5,76	7,34	26,04	200/5		38,04
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,27
			277,53	9,92	11,38	33,53			76,72
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	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200		4,61
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,46
			521,14	28,41	22,34	51,25			169,38
			798,67	38,33	33,72	84,78		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

А. В
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 18 - 19 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ОБЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Завтрак			Среда						
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	160		88,06
2	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,05
			360,12	28,18	18,62	18,31			106,79
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
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	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
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		17,57
			666,13	23,83	31,12	76,66			139,31
			1 026,25	52,01	49,74	94,97	Итого за день		246,10
Завтрак			Четверг						
1	001723	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5		28,21
2	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
3	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	19,11
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,26
			279,64	10,59	9,82	36,57			68,09
Обед									
1	003300	Калуста 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	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	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		2,77
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19		24,13
			801,58	31,69	36,87	83,3			178,01
			1 081,22	42,28	46,69	119,87	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Защ
(подпись)

Мед. работник

А.В.
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 20 - 21 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак обед ОБЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Вит. ДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	38,52
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	19,17
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	25,68
			394,44	5,38	9,93	71,32		93,86
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	171,95	6,7	11,53	9,84	250/20/10/	38,09
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	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14	18,06
			570,8	29,29	23,29	65,25		152,24
			965,24	34,67	33,22	136,57	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,45
2	003121	Чай с сахаром	16,01			4	200	0,83
3	001586	Кефир лимонный пай	56,4	2,4	2	7,12	1шт/80 мл	10%
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	20,38
			325,54	18,94	18,44	20,56		84,93
Обед								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
2	003692	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	197,36	6,82	10,29	19,32	250/10/1	35,64
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
4	001587	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	150	18,99
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200	4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	24,68
			580,99	29,19	22,37	65,57		161,17
			906,53	48,13	40,81	86,13	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 16 - 17 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед СВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90		57,06
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Koper	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
			466,71	25,45	12,53	61,79			105,25
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001288	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1		28,48
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150		68,52
4	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200		19,14
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21		3,81
			604,58	27,47	31,6	50,81			140,85
			1 071,29	52,92	44,13	112,6	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	003696	Каша рисовая с яблоком на кокосовом молоке с маслом растительным	235,74	2,83	9,66	35,26	200/5		47,31
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр ТМ Dr. Koper	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,09
			437,35	15,24	19,47	51,16			101,16
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002234	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью 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	153,27	2,69	5,93	22,22	150		20,64
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200		4,61
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16		1,97
			570,79	29,78	23,36	60,13			144,94
			1 008,14	45,02	42,83	111,29	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 18 - 19 Март 2 026 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	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		47,82
3	000078	Фрукт апельсин свежий	78	1,8	0,4	16,2	200	10%	2,88
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	41,08
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	10%	23,27
			433,47	21,76	22,66	34,77			1,92
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40		
2	002900	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины БМ	172,74	6,38	10,6	12,51	250/20/10/		14,95
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	без НДС	35,50
4	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		44,34
5	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	10%	9,47
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		20,74
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21		2,11
			743,33	24,24	28,19	101,56			129,13
			1 176,8	46	50,85	136,33	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	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	003083	Пряник песочный шоколадный	273,89	3,65	15,17	30,69	50	без НДС	14,85
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,80
			627,88	18,17	33,22	64,19			86,35
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	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		42,52
3	002172	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф	197,52	12,4	14,86	3,7	50/40		58,40
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		2,77
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,66
			729,86	29,06	33,32	77,12			159,75
			1 357,74	47,23	66,54	141,31	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

А. В
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО "Комбинат школьного питания "Центральный"

Директор

МЕНЮ

на 20 - 21 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДБ	Цена
Пятница									
Завтрак							90		53,74
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46				8,89
2	003344	Макаронные изделия отварные	261	6,66	5,7	45,76	150		10,49
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		2,10
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		75,22
			578,18	24,8	23,55	66,09			
Обед							80		18,29
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5			71,11
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200		
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	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	55,44	1,76	0,29	11,44	22		2,36
			709,36	39,11	30,84	67,69			170,88
			1 287,54	63,91	54,39	133,78	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак							150		39,85
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8			30,29
2	000800	Напиток кокосовый с какао с вит С	65,4	1,29	3	8,45	200	10%	15,21
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100		2,24
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21		87,59
			389,3	17,92	21,78	29,97			
Обед							30		11,21
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7			34,84
2	003095	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1		66,04
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		18,99
4	001587	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	150		23,40
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	2,11
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,92
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		158,51
			672,11	31,14	22,67	85,44			246,10
			1 061,41	49,06	44,45	115,41	Итого за день		

Шеф-повар

Зейф
(подпись)

Мед. работник

А. В. 31
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)

**МЕНЮ**

на 16 - 17 Март 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	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90		57,06
2	001036	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150		12,01
3	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	60,48	1,92	0,31	12,48	24		2,54
			420,59	24,62	10,91	54,74			88,67
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
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	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	57,3	2,73	1,37	8,44	160		13,45
5	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,80
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,64
			626,52	29,59	31,14	55,31			157,43
			1 047,11	54,21	42,05	110,05	Итого за день		246,10
Вторник									
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	100	6	5	7,8	200		25,56
4	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,10
			363,25	17,83	16,44	35,74			74,42
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	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
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"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			576,09	31,62	22,79	60,08			171,68
			939,34	49,45	39,23	95,82	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 18 - 19 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед СВЗ



№ 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			
2	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	160		88,06
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	200		2,44
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	1шт/80 мл	10%	17,06
			385,48	29,53	18,85	22,63	20		1,91
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/		18,29
3	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40		40,00
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		54,63
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		10,79
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16		9,60
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,69
			670,5	26,87	32,69	65,91			1,63
			1 055,98	56,4	51,54	88,54			136,63
									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		
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		40,69
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		19,48
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,51
			290,75	12,31	12,21	32,03			1,93
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	181,5	9,25	11,19	10,73	250/10/1		20,90
3	001535	Бефстроганов из мяса (говядина) Диета БГ Диета 9	165,74	11,84	11,18	4,28	40/50		33,69
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		86,22
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		20,40
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100		2,11
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	10%	15,21
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		2,04
			669,82	28,82	25,18	80,52			1,92
			960,57	41,13	37,39	112,55			182,49
									Итого за день
246,10									

Шеф-повар

Зец
(подпись)

Мед. работник

А В
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		53,34
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
3	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			410,88	26,34	24,62	20,98			90,42
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	171,95	6,7	11,53	9,84	250/20/10/		38,09
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	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23		2,21
			582,55	31,84	23,74	59,1			155,68
			993,43	58,18	48,36	80,08			246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	000297	Какао-напиток молочный с витам.С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		18,99
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			429,98	26,96	24,27	24,94			91,10
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	003692	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	206,44	7,13	10,76	20,21	250/20/1		45,86
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19		1,99
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			499,02	30,82	18,8	51,78			155,00
			929	57,78	43,07	76,72			246,10

Шеф-повар *Зел*
(подпись)

Диетолог Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник *С.В.*
(подпись)

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