



МЕНЮ

на 23 - 24 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед 0Б3



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	335,08	15,9	13,64	36,64	50/160		55,61
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	002230	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль клюквенный 11гр ТМ Dr. Korner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			439,07	18,55	14,13	58,51			84,76
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001057	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БГ, БМ	129,24	2,41	6,69	14,64	250/10/1		31,97
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	003504	Макаронные изделия отварные	255,81	6,72	4,89	45,84	150		16,79
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,94
			802,13	27,73	29,75	103,98			161,34
			1 241,2	46,28	43,88	162,49	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	003490	Каша из 5 злаков с клубникой и яблоком на кокосовом молоке	178,25	2,59	7,98	24,09	200/2/5		40,12
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000078	Фрукт апельсин свежий	81,9	1,89	0,42	17,01	210	10%	43,13
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
			454,54	16,3	17,87	56,27			115,44
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	12,6	0,61	0,14	1,88	70		18,29
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		24,57
3	002194	Мясо тушеное с овощами	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40		54,39
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		16,51
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	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22		2,70
			630	22,79	33,23	70,39			130,66
			1 084,54	39,09	51,1	126,66	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комитет школьного питания "Центральный"

Директор _____

МЕНЮ

на 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед СВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4				
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12		100		59,71
3	000003	Чай чёрный	0,01			30,6	150		5,31
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4		200		0,39
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	100	10%	15,21
			548,71	26	26,18	50,24	24		2,35
Обед									
1	003635	Огурцы свежие с маслом	70,31	0,61	6,35	2,94	100		22,78
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	003447	Нектар Ягода-сочнягода ТМ Моя семья 0,2л	72			18	1шт/200 мл	10%	20,74
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
			605,55	29,13	27,43	60,73			163,13
			1 154,26	55,13	53,61	110,97		Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

Зел

(подпись)

Мед. работник _____

А.В.

(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 23 - 24 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002806	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,76		13,62
2	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	315,37	14,96	12,84	34,48	40/160		46,37
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		23,26
			433,27	16,19	19,64	47,09			86,13
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	7,5	0,33	0,06	1,56	50		11,43
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200		6,57
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		23,26
			494,78	24,89	25,65	39,35			159,97
			928,05	41,08	45,29	86,44		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	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
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
			358,66	13,43	13,84	43,55			80,90
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	250/10/1		33,96
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
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"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		17,64
			662,9	26,96	32,59	64,05			165,20
			1 021,56	40,39	46,43	107,6		Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

Зен
(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник _____

ИЗ
(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.
(подпись)



Директор _____



МЕНЮ

на 25 - 26 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	003121	Чай с сахаром	16,01			4	200		0,83
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,27
			345,19	20,41	20,2	20,33			84,03
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
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	003292	Рис припущенный с овощами	205,41	3,81	5,46	35,15	150		12,56
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	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		14,84
			656,73	29,82	23,82	79,92			162,07
			1 001,92	50,23	44,02	100,25			246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5		29,79
3	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3		1,68
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,27
			394,28	15,61	15,53	47,66			89,24
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	001728	Суп гороховый с мясом птицы Диета БГ	247,61	13,29	12,4	18,68	250/20		30,46
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	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	43,32	0,34	0,49	9,48	19		24,25
			590,67	20,53	22,76	73,36			156,86
			984,95	36,14	38,29	121,02			246,10

Шеф-повар _____

Зед
(подпись)

Мед. работник _____

АВ
(подпись)

Диетолог _____

Основа О.С.
(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.
(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Директор _____

МЕНЮ

на 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	160		88,06
2	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
			350,1	26,22	17,02	20,9			103,66
Обед									
1	003635	Огурцы свежие с маслом	42,19	0,37	3,81	1,76	60		13,67
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	133,84	9,24	5,61	11,65	200/30/1		33,76
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,91
			480,12	26,45	24,6	38,05			142,44
			830,22	52,67	41,62	58,95	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

Зей

(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

ЛВ

(подпись)

Технолог _____

С.В.

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 23 - 24 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	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	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			414,91	19,4	18,39	42,35			92,14
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	7,5	0,33	0,06	1,56	50		11,43
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		12,61
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	66	2,18	0,36	13,53	33		3,19
			536,33	26,35	25,96	47,04			153,96
			951,24	45,75	44,35	89,39	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	002061	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и яблоком и маслом сливочным без сахара	168,55	6,08	7,59	17,92	200/2/5		39,87
3	000385	Кефир	90	5,4	4,5	7,02	180		23,01
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"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
			352,21	16,79	15,97	33,99			86,13
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	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"	47,86	1,52	0,25	9,88	19		2,01
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			707,71	29,7	33,63	70,19			159,97
			1 059,92	46,49	49,6	104,18	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

А. В.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 25 - 26 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

(подпись)

Выход

МДС

Итого за день

Итого за день

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	52	1,72	0,29	10,66	26	2,51
			423,68	25,92	23,35	26,72		86,98
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	22,86
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	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	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	1,91
			682,62	33,61	24,24	81,46		159,12
			1 106,3	59,53	47,59	108,18	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	186	7,94	3,45	29,74	200	16,36
3	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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	2,01
			400,82	18,25	11,49	54,21		74,21
Обед								
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	001728	Суп гороховый с мясом птицы Диета БГ	247,61	13,29	12,4	18,68	250/20	30,46
3	001535	Бефстроганов из мяса (говядина) Диета БГ Диета 9	165,74	11,84	11,18	4,28	40/50	86,22
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	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
			660,37	32,28	26,35	71,15		171,89
			1 061,19	50,53	37,84	125,36	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 27 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед СВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	180		88,06
2	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
			350,1	26,22	17,02	20,9			103,66
Обед									
1	003635	Огурцы свежие с маслом	56,25	0,49	5,08	2,35	80		18,22
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001347	Овощи тушеные	57,3	2,73	1,37	8,44	160		13,45
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"	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		1,96
			532,97	29,26	26,33	44,63			142,44
			883,07	55,48	43,35	65,53	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зай
(подпись)

Мед. работник

А 31
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 23 - 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	53,74
2	001347	Овощи тушеные	57,3	2,73	1,37	8,44	160	13,45
3	003315	Напиток смородиновый	51,8			12,95	200	20,10
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
			413,46	21,18	19,24	37,27		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003298	Огурцы свежие	12	0,52	0,09	2,5	80	18,28
2	002589	Жаркое "По-домашнему" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	70,33
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21	2,20
			410,86	17,15	16,14	47,89		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	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	194,36	2,85	8,75	26,19	220/2/5	42,97
4	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиет"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	19,27
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	60,48	1,92	0,31	12,48	24	2,50
			539,39	13,04	14,96	87,69		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,91
2	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53	90	64,38
3	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150	16,51
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	1,83
			363,93	24,11	8,32	47,81		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003698	Поджарка из мяса (свинина)	210,95	11,82	14,97	6,3	45/45	60,38
2	003197	Овощное рагу	144,37	3,5	4,32	22,84	160	21,06
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиет"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	19,27
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	44	1,45	0,24	9,02	22	2,11
			578,64	19,89	20,25	78,23		107,70

Шеф-повар


(подпись)

Мед. работник


(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания


(подпись) Ракина А.С.

Технолог


(подпись) Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 23 - 27 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	22,14
2	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	59,71
3	001347	Овощи тушеные	64,46	3,07	1,54	9,49	180	15,13
4	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200	7,04
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	88,2	2,8	0,46	18,2	35	3,68
			502,28	30,29	25,63	36,18		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003298	Огурцы свежие	10,5	0,46	0,08	2,19	70	15,99
2	002589	Жаркое "По-домашнему" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	70,33
3	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5	1,85
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	1,85
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,47
			434,48	18,35	16,56	51,58		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	167,8	6,1	7,6	17,75	200/2/5	39,95
3	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200	26,85
4	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
5	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	75,6	2,4	0,39	15,6	30	3,16
			482,58	21,19	17,52	56,99		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	9	0,44	0,1	1,34	50	13,07
2	002233	Минтай запеченный БГ	104,01	17,81	1,94	3,99	90	65,09
3	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23	2,22
			300,16	23,15	6,41	36,87		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003698	Поджарка из мяса (свинина)	210,95	11,82	14,97	6,3	45/45	60,38
2	003555	Овощное рагу б/г б/м диета 9	142,9	3,36	4,77	21,46	150	21,33
3	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,11
4	000961	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	19,48
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	24	2,29
			566,53	23,32	24,03	63,21		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 23 - 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100	69,71
2	002060	Овощи тушеные без томатов	67,49	3,29	1,56	9,97	180	15,58
3	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,84
			406,79	22,67	21,54	29,13		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	003298	Огурцы свежие	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71
2	002862	Жаркое "По-домашнему" с мясом	282,51	14,55	15,4	20,5	50/150	68,77
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,54
			350,12	16,05	15,92	34,75		107,70
Среда								
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	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	28,30
			411,74	14,47	14,49	53,86		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002233	Минтай запеченный БГ	92,45	15,83	1,72	3,55	80	57,86
2	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,28
			289,82	20,26	6,28	37,82		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003698	Поджарка из мяса (свинина)	210,95	11,82	14,97	6,3	45/45	60,38
2	003555	Овощное рагу б/г б/м диета 9	142,9	3,36	4,77	21,46	150	21,33
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,22
			457,21	16,72	20,21	50,95		107,70

Шеф-повар

[Подпись]
(подпись)

Мед. работник

[Подпись]
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

[Подпись]
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

[Подпись]
(подпись) Погребняк С.В.