



МЕНЮ

на 6 - 10 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход
Понедельник							
Завтрак							
1	003298	Огурцы свежие	12	0,52	0,09	2,5	80
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90
3	001329	Булгур припущенный	206,82	5,54	4,79	34,86	170
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20
			494,67	23,96	19,47	55,24	
Вторник							
Завтрак							
1	000192	Тост двойной с сыром "Гауда"	188,75	13,61	9,05	13,22	40/29
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным без сахара	169,48	6,16	7,68	17,93	200/2/5
3	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200
			437,12	24,33	20,49	37,66	
Среда							
Завтрак							
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90
2	001169	Рагу овощное	133,74	2,94	3,53	22,37	150
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200
4	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	76,8	2,37	0,74	15,2	32
			546,52	27,68	26,81	47,33	
Четверг							
Завтрак							
1	002233	Минтай запеченный БГ	92,45	15,83	1,72	3,55	80
2	001873	Пюре картофельное	157,26	3,76	4,66	24,82	170
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22
			350,8	22,06	7,54	47,36	
Пятница							
Завтрак							
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80
2	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40
3	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150
4	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	68,04	2,16	0,35	14,04	27
			554,25	21,89	20,55	68,17	

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

СВ

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С. Ракитина

(подпись)

Технолог

С.В. Погребняк

(подпись)



школьного питания "Центральный"

Директор (подпись)

МЕНЮ

на 6 - 10 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход
Понедельник							
Завтрак							
1	003298	Огурцы свежие	7,5	0,33	0,06	1,56	50
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90
3	000815	Рис припущенный с маслом растительным	221,77	4,3	5,98	42,2	150
4	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17
			466,91	19,18	20	56,96	
Вторник							
Завтрак							
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29
2	003683	Каша молочная рисовая с яблоком с маслом сливочным	194,89	5,76	7,34	26,04	200/5
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	53,13	1,38	0,58	10,58	23
			362,59	14,96	15,24	40,77	
Среда							
Завтрак							
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90
2	001169	Рагу овощное	142,66	3,14	3,77	23,86	160
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21
			459,24	20,77	21,84	43,5	
Четверг							
Завтрак							
1	002233	Минтай запеченный БГ	92,45	15,83	1,72	3,55	80
2	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18
			290,5	20,28	6,29	37,88	
Пятница							
Завтрак							
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80
2	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18
			557,19	21,46	22,84	64,66	

Шеф-повар

[Handwritten signature]
(подпись)

Мед. работник

[Handwritten signature]
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

[Handwritten signature]
Ракитина А.С.
(подпись)

Технолог

[Handwritten signature]
Погребняк С.В.
(подпись)



г. Томск, ул. Гвардейская, 1
АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Согласовано. Директор



МЕНЮ

на 6 - 10 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход
Понедельник							
Завтрак							
1	003298	Огурцы свежие	9	0,39	0,07	1,88	60
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90
3	001607	Рис припущенный Диета БМ	211,12	4,21	5,2	41,28	150
4	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	39,96	2,47	0,5	6,39	18
			553,85	22,69	20,2	74,07	
Вторник							
Завтрак							
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40
2	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	203,24	2,98	9,15	27,39	230/2/5
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7
4	000080	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	60,94	1,78	0,57	12,19	22
			537,37	12,9	15,33	86,07	
Среда							
Завтрак							
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90
2	001169	Рагу овощное	160,49	3,53	4,24	26,84	180
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	77,55	2,9	1,12	13,46	33
			536,51	23,44	23,06	56,28	
Четверг							
Завтрак							
1	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53	90
2	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09	180
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	77,55	2,9	1,12	13,46	33
			417,12	24,44	10,08	56,03	
Пятница							
Завтрак							
1	003299	Помидоры свежие	12,6	0,61	0,14	1,88	70
2	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100
6	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиет"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21
			618,89	20,38	19,7	88,07	

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С. Ракитина

(подпись)

Технолог

С.В. Погребняк

(подпись)



МЕНЮ

на 6 - 7 апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтракобед



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87	45/45		60,45
2	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	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,38
			395,74	21,28	11,61	50,02			88,99
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	001169	Рагу овощное	133,74	2,94	3,53	22,37	150		20,78
5	002354	Напиток фруктово-ягодный с брусникой без сахара	10,25	0,15	0,1	2,1	200		11,20
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23		2,16
			619,53	28,9	29,69	59,11			157,11
			1 015,27	50,18	41,3	109,13		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000250	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным без сахара	167,8	6,1	7,6	17,75	200/2/5		39,95
3	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
4	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,93
			334,44	15,86	15,23	32,4			82,23
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,68
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1		36,10
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	001873	Люре 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	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23		2,24
			546,65	30,14	22,63	54,08			163,87
			881,09	46	37,86	86,48		Итого за день	246,10

Шеф-повар Зюф
(подпись)

Мед. работник АВТ
(подпись)

Диетолог Основина О.С.
(подпись)

Технолог Погребняк С.В.
(подпись)



МЕНЮ

на 8 - 9 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	160		88,06
2	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,05
			344,8	28,2	18,63	14,37			106,96
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	13,5	0,59	0,1	2,81	90		20,57
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	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23		2,83
			665,84	26,56	33,2	63,91			139,14
			1 010,64	54,76	51,83	78,28	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		40,69
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			299,15	12,61	12,49	33,17			64,07
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	001213	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9	173,12	10,15	12,6	4,26	40/50		50,81
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,11
6	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	44,65	1,67	0,65	7,75	19		3,44
			682,41	26,71	27,67	80,04			182,03
			981,56	39,32	40,16	113,21	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
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	001010	Чай с апельсином диета 9	2,74	0,06	0,01	0,57	200	2,24
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24	2,98
			427,25	27,37	25,27	22,31		94,25
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,45
			679,33	34,67	25,69	76,07		151,85
			1 106,58	62,04	50,96	98,38	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,45
2	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200	14,04
3	002050	Ряженка м.д.ж. 2,5%	81,6	4,8	4	6,72	2шт/80 мл	34,11
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,77
			441,12	24,83	22,68	33,02		109,58
Обед								
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	41,10
3	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	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,46
			475,77	26,64	24,15	36,42		136,52
			916,89	51,47	46,83	69,44	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

ВЗ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 6 - 7 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОБЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	118,28	13,84	5,09	4,09	50/45		65,90
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	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
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"	44,4	2,74	0,56	7,1	20		2,98
			461,69	24,74	12,44	61,28			97,28
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	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001169	Рагу овощное	151,57	3,33	4	25,35	170		23,56
5	002344	Напиток фруктово-ягодный с брусникой	42,25	0,15	0,1	10,1	200		12,09
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,61
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,91
			683,47	30,37	30,53	71,45			148,62
			1 145,16	55,11	42,97	132,73		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	27,20
2	003349	Каша из 5 злаков с клубникой на кокосовом молоке	177,5	2,6	7,99	23,92	200/2/5		40,20
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Corner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	72,02	2,11	0,68	14,4	26		3,71
			421,13	16,12	18,18	48,23			96,67
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,91
2	002234	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью БМ	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	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		16,51
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200		4,61
6	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,86
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,91
			618	30,43	23,09	70,74			149,43
			1 039,13	46,55	41,27	118,97		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 8 - 9 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед-ужин



№ 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			47,82
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	000078	Фрукт апельсин свежий	78	1,8	0,4	16,2	200	10%	41,08
4	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр "Петродиег"	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	10%	19,27
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23		2,81
			487,51	22	23,11	47,06			113,86
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40		14,95
2	002900	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины БМ	172,74	6,38	10,6	12,51	250/20/10/1		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	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	23,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,47
			753,33	24,33	28,42	103,45			132,24
			1 240,84	46,33	51,53	150,51	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 подсолнечным	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	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,04
			626,18	18,19	33,43	63,29			86,59
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	001213	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9	173,12	10,15	12,6	4,26	40/50		50,81
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	56,4	2,11	0,82	9,79	24		4,31
			742,69	28,16	32,71	81,42			159,51
			1 368,87	46,35	66,14	144,71	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зеленый
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

С.В.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	НДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46			53,74
2	000812	Макаронные изделия отварные с маслом растительным	216,2	5,51	4,58	37,9		7,31
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57		2,69
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,09
			501,82	23,12	22,44	50,55		65,83
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
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	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	2,03
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13	15	1,87
			780,22	39,25	28,16	95,66		180,27
			1 282,04	62,37	50,6	146,21	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,85
2	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200	21,92
3	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
4	000066	Печенье сдобное с корицей в инд уп	241	3,35	12,75	29,8	1шт/50гр	18,85
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	65,52	2,08	0,34	13,52	26	2,70
			650,3	21,08	33,4	67,42		98,53
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	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	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,46
			567,53	25,87	20,67	68,48		147,57
			1 217,83	46,95	54,07	135,9	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зюф

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)





МЕНЮ

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



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	003602	Чахохбили из филе куриного с протертыми томатами	112,05	13,11	4,82	3,87			60,45
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	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,41
			359,98	19,73	11,25	44,14			83,46
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)	223,61	9,71	11,52	20,28	250/20/1		33,96
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	001169	Рагу овощное	133,74	2,94	3,53	22,37	150		20,78
5	002344	Напиток фруктово-ягодный с брусникой	42,25	0,15	0,1	10,1	200		12,09
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,64
			619,98	27,52	29,06	62			162,64
			979,96	47,25	40,31	106,14		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5		29,52
2	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
3	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	10%	16,43
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,27
			310,27	8,75	10,24	45,29			67,51
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,68
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	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	29,64	0,23	0,34	6,49	13		16,07
			562,38	28,85	22,72	59,16			178,59
			872,65	37,6	32,96	104,45		Итого за день	246,10

Шеф-повар _____

Зел
(подпись)

Диетолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

АВ
(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 8 - 9 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед

№ 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			88,06
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	001485	Ряженка м.д.ж. 2,5% апельсин	47,76	2,4	2	5,04	1шт/80 мл	10%	20,38
			369,24	28,21	18,63	20,35			111,32
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	164,45	6,02	10,05	12,53	250/10/1		25,72
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"	41,04	0,32	0,47	8,98	18		23,26
			666,96	23,6	30,72	78,02			134,78
			1 036,2	51,81	49,35	98,37	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001723	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5		28,21
2	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150		19,48
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,41
			302,41	12,03	11,91	36,13			64,61
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,79
2	002080	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью БГ	192,66	9,93	12,01	10,93	250/20/1		41,14
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"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,42
			762,84	29,23	36,52	77,01			181,49
			1 065,25	41,26	48,43	113,14	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Директор

МЕНЮ

на 10 - 11 Апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	НДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65			
2	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	19,02
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200	38,52
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12	2,69
			327,67	4,44	9,5	56,12		15,41
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	285,5	13,51	17,63	17,31	50/200	13,71
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	50,68
4	003172	Плов овощной	205,62	4,7	3,16	43,77	150	66,04
5	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	17,68
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	25,08	0,2	0,29	5,49	11	8,47
			678,16	36,36	27,25	75,66		13,88
			1 005,83	40,8	36,75	131,78		170,46
Итого за день								246,10
Суббота								
Завтрак								
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,45
2	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200	1,72
3	002050	Ряженка м.д.ж. 2,5%	40,8	2,4	2	3,36	1шт/80 мл	17,06
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	10%
			341,94	18,94	18,44	24,8		19,26
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	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	27,72	0,72	0,3	5,52	12	23,40
			533,99	25,63	23,87	52,94		15,10
			875,93	44,57	42,31	77,74		163,61
Итого за день								246,10

Шеф-повар

Зей

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)