



АО Комплекс школьного питания "Центральный"
Исвикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 14 - 15 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Д	С	НДС	Цена
Четверг									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
			48,01			12	200		1,72
2	000407	Чай с сахаром	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	21,22
3	001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	27,72	0,72	0,3	5,52	12		15,40
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"							
			353,41	18,6	18,36	28,86			82,79
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	168,86	6,43	11,07	10,44	250/10/10/1		29,22
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150		12,01
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		19,77
			640,97	32,24	22,81	75,71			163,31
			994,38	50,84	41,17	104,57		Итого за день	246,10
Пятница									
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	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200		2,69
4	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	19,11
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			359,45	13,97	13,29	45,65			86,02
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	001417	Бефстроганов из мяса (свинина) Диета БГ Диета 9	64,22	1,97	3,9	5,04	40/50		52,47
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	36,48	0,29	0,42	7,98	16		20,88
			542,17	19,82	21,12	65,68			160,08
			901,62	33,79	34,41	111,33		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зенф
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВТ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 12 - 13 Май 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОБЗ



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Вторник									
Завтрак									
1	002806	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75		13,62
2	002876	Плов ароматный с мясом	307,96	13,63	12,4	38,58	40/160		54,28
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15		19,26
			418,48	14,05	19,14	50,4			90,04
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
2	003027	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом говядины	150,31	7,24	9,88	8,04	250/10		29,98
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	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"	36,48	0,29	0,42	7,98	16		20,18
			466,73	27,1	17,04	51,12			156,06
			885,21	41,15	36,18	101,52		Итого за день	246,10
Среда									
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	000058	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком	86,9	1,98	3,41	11,39	1шт/55гр	10%	37,30
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		18,50
			328,01	8,6	11,11	47,13			87,61
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80		18,77
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	222,95	9,33	11,52	20,37	250/10/1		30,12
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150		71,82
4	002343	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200		12,09
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		25,69
			652,86	26,53	31,56	64,24			158,49
			980,87	35,13	42,67	111,37		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зач

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АЗ

(подпись)

Технолог

Зач

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Исвикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 14 - 15 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ 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	001481	Хлебцы рисовые Злаковый коктейль черничный 11гр TM Dr. Corner	35,2	0,99	0,22	7,26	1шт/11гр	10%	24,17
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
			424,78	20,55	24,21	31,22			96,37
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	229,5	6,63	6,94	34,68	170		6,02
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200		2,77
6	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,18
			703,81	34,12	24,7	85,31			149,73
			1 128,59	54,67	48,91	116,53	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	003373	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке	211,82	3,42	8,13	31,95	200/5		29,60
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200		2,69
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	64,8	2	0,62	12,83	27		3,31
			467,96	16,11	18,36	59,71			78,01
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/		32,89
3	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,47
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		16,51
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,44
			760,17	33,58	31,44	83,6			168,09
			1 228,13	49,69	49,8	143,31	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Без
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

АВТ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комплекс школьного питания "Центральный"
Исвикова О.А.

Директор

МЕНЮ

на 12 - 13 Май 2026 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	307,96	13,63	12,4	38,58	40/160		54,28
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	23,27
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,61
			407,89	16,67	13,26	58,26			83,04
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30		11,21
2	003027	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом говядины	157,89	7,61	10,38	8,45	250/20		49,47
3	002809	Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	237,2	12,32	16,72	9,36	90		48,04
4	001612	Макаронные изделия отварные	323,45	7,99	7,77	54,91	180		10,87
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	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		2,47
			967,14	32,09	36,23	127,06			163,06
			1 375,03	48,76	49,49	185,32	Итого за день		246,10
Среда									
Завтрак									
1	000461	Яйцо отварное	125,6	10,16	9,2	0,56	2шт/40гр	без НДС	27,20
2	001715	Каша геркулесовая на кокосовом молоке с клубникой Диета БМ	183,19	3,01	8,65	23,53	200/2/5		41,03
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	003719	Мороженое фруктовое "Сорбет Черная смородина"	72	0,05	0,14	17,64	1шт/60гр	20%	42,90
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			446,9	14,89	18,5	55,22			115,81
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	74,13	1,78	5,1	4,58	100		23,47
2	001288	Суп-лапша с курицей и зеленью	191,53	9,2	11,33	12,97	250/20/1		19,65
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150		71,82
4	002343	Напиток фруктово-ягодный с клюквой	42,5	0,13	0,08	10,43	200		12,09
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,26
			652,47	27,48	32,49	60,91			130,29
			1 099,37	42,37	50,99	116,13	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел
(подпись)

Мед. работник

АВ
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.
(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Исвикова О.А.

Исвикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 16 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Суббота									
Завтрак									
1	001349	Омлет запеченный с сыром	241,77	17,13	18,02	2,46	460		52,70
2	000297	Какао-напиток молочный с витам.С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		18,99
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,06
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,81
			385,71	24,61	23,19	18,62			90,56
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
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	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	28	0,92	0,15	5,74	14		1,35
			477,78	30,3	18,73	47,62			155,54
			863,49	54,91	41,92	66,24	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зелу

(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

А.З.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Исвикова О.А.

Исвикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 12 - 15 Май 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-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	001036	Гречка отварная рассыпчатая	228,72	7,08	5,7	36,8	180	14,42
3	000308	Напиток из ягод без сахара	10,5	0,13	0,1	2,25	200	9,20
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23	2,83
			467,5	26,94	12,83	60,27		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	003690	Запеканка из творога со сметаной Диета 9	286,04	24,3	15,69	10,48	151	82,98
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	81,6	2,52	0,78	16,15	34	4,19
			416,08	30,71	20,12	26,63		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	003299	Помидоры свежие	9	0,44	0,1	1,34	50	13,06
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
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	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	46,62	2,88	0,59	7,46	21	3,05
			425,83	21,8	18,83	41,48		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003635	Огурцы свежие с маслом	56,25	0,49	5,08	2,35	80	18,22
2	002870	Плов ароматный из булгура с мясом	352,25	17,38	15,42	34,69	50/150	66,57
3	001010	Чай с апельсином диета 9	2,74	0,06	0,01	0,57	200	2,24
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	2,39
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	60	1,85	0,58	11,88	25	3,07
			566,64	21,87	21,99	68,63		107,70

Шеф-повар

Зач

(подпись)

Мед. работник

АВ

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С.

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

С.В.

(подпись)

Погребняк С.В.



МЕНЮ

на 12 - 15 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж		Цена
Вторник							
Завтрак							
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	66,04
2	001612	Макаронные изделия отварные	323,45	7,99	7,77	54,91	10,87
3	000166	Напиток из ягод	42,5	0,13	0,1	10,25	10,09
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	2,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	2,75
			647,49	29,64	15,46	96,64	107,70
Среда							
Завтрак							
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	20,90
2	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	59,42
3	001045	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	5,31
4	000003	Чай чёрный	0,01			200	0,39
5	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродиег" 20гр					
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	19,27
			476,93	19,77	21,71	49,14	107,70
Четверг							
Завтрак							
1	003300	Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	18,77
2	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	61,88
3	000293	Пюре картофельное Диета БМ	172,55	3,08	6,61	25,09	19,81
4	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	2,29
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	2,39
6	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	37,74	2,33	0,48	6,04	2,56
			516,36	21,98	25,2	49,51	107,70
Пятница							
Завтрак							
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	20,77
2	002875	Плов ароматный с мясом	331,28	15,74	14,95	36,16	63,26
3	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	2,69
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	2,39
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	64,8	2	0,62	12,83	3,38
			568,42	20,5	21,6	75,03	107,70

Шеф-повар

[Signature]

(подпись)

Мед. работник

[Signature]

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

[Signature]

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

[Signature]

(подпись)

Погребняк С.В.