



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

Директор



МЕНЮ

на 18 - 22 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеводы	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000195	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с зеленью и маслом	51,94	0,65	4,38	2,39	85/1	21,38
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	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	54,05	2,02	0,78	9,38	23	4,16
			477,35	23,54	16,85	56,06		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71
2	001999	Минтай запеченный	102,31	17,94	1,94	3,53	90	64,38
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	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,29
			298,06	23,12	6,57	36,55		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	38,05
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	199,24	7,65	8,47	22,74	230/5	30,29
3	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	4,16
4	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	62	2,05	0,34	12,71	31	2,93
			481,92	20,9	18,65	56,53		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002870	Плов ароматный из булгура с мясом	352,25	17,38	15,42	34,69	50/150	66,57
2	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,60
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	25,98
4	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	47,09	1,38	0,44	9,42	17	2,46
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	17	3,09
			549,99	26,51	21,57	61,38		107,70
Пятница								
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	284,15	24,14	15,58	10,41	150	82,56
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	3,68
			381,97	29,85	19,92	18,78		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.



Комитет школьного питания "Центральный"
Исикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 18 - 22 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена	
Понедельник								
Завтрак								
1	003526	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	115,4	14,46	5,16	2,65	50/40	57,70
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	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	26,25
			442,99	22,43	12,6	58,5		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	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
Среда								
Завтрак								
1	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	29,79
2	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
4	000058	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком	86,9	1,98	3,41	11,39	1шт/55гр	37,30
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,96	0,96	0,4	7,36	16	20,58
			449,8	10,89	12,08	72,49		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	002876	Плов ароматный с мясом	307,96	13,63	12,4	38,58	40/160	54,28
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	28,56
			465,58	15,3	20,33	58,77		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003483	Запеканка из творога Б/Г	305,64	23,66	14,72	18,27	150	77,09
2	002807	Молоко сгущёное с сахаром	49,5	1,05	1,28	8,4	15	7,47
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	21,46
			411,44	25,76	16,43	38,58		107,70

Шеф-повар

Зай
(подпись)

Мед. работник

АВТ
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

А.С. Ракитина
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

С.В. Погребняк
(подпись) Погребняк С.В.



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

Директор



МЕНЮ

на 18 - 22 Май 2026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,8	80	18,29
2	003304	Чахохбили из филе куриного с томатами	119,47	14,49	5,16	3,68	50/40	59,20
3	001612	Макаронные изделия отварные	269,54	6,66	6,47	45,76	150	9,06
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	54,05	2,02	0,78	9,38	23	4,26
			519,09	24,19	12,9	75,21		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	143,79	2,57	5,51	20,91	150	16,51
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродиет" 20гр					1шт/20 гр	19,27
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	47,09	1,38	0,44	9,42	17	2,45
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,21
			354,78	23,28	8,31	46,62		107,70
Среда								
Завтрак								
1	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	003373	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке	211,82	3,42	8,13	31,95	200/5	29,60
3	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	003719	Мороженое фруктовое "Сорбет Черная смородина"	72	0,05	0,14	17,64	1шт/60гр	42,90
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16	1,57
			486,44	10,64	13,58	80,39		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	002876	Плов ароматный с мясом	307,96	13,63	12,4	38,58	40/160	54,28
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22	3,96
			517,16	18,61	14,36	80,52		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
2	002180	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	190,43	12,15	14,32	2,53	50/40	53,86
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180	6,37
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
5	000083	Фрукт киви свежие	42,3	0,72	0,36	7,29	90	24,57
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22	2,59
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	72	2,22	0,69	14,25	30	3,70
			671,77	25,03	23,48	87,49		107,70

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

ЛС

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 18 - 19 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед QV3



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Вит. А	Вит. В1	Вит. В2	Вит. В6	Вит. С	НДС	Цена
Понедельник													
Завтрак													
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64							57,06
2	003289	Рис припущенный	239,29	4,77	5,89	46,78							10,74
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21							2,88
4	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8					200/7	100	15,21
5	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dr. Koper	28,3	1,2	0,3	5,2						10%	23,27
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4						10%	2,13
			504,18	24,38	12,3	78,03							111,29
Обед													
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15					80		20,90
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55					200/50		24,57
3	002298	Котлета мясная "По-домашнему"	233,32	13,6	15,08	10,8					90		51,85
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91					150		12,61
5	003077	Напиток клюквенный	50,75			12,6					200		19,14
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		3,63
			579,79	24,24	29,23	65,57							134,81
			1 083,97	48,62	41,53	143,6							246,10
Вторник													
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	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21					200/7		2,88
4	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2					1шт/70гр	22%	42,90
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5					20		2,46
			445,71	14,93	17,45	57,83							100,92
Обед													
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5					50		18,69
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	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57					150		20,40
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98					200		4,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94					17		2,03
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13					15		1,81
			558,94	30,78	19,29	65,11							145,18
			1 004,65	45,71	36,74	122,94							246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Мед. работник

СВ

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комитет школьного питания "Центральный"
Исикова О.А.



МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
2	001587	Картофель отварной БМ	190,16	3,59	6,5	29,21	180		22,79
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	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56	28		2,95
			452,19	23,92	13,37	58,27			109,87
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
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	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	без НДС	44,34
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160		5,66
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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			747,59	25,99	29,58	93,69			136,23
			1 199,78	49,91	42,95	151,96	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	003696	Каша рисовая с яблоком на кокосовом молоке с маслом растительным	188,59	2,26	7,73	28,21	200/5		37,85
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	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,39
			636,49	17,69	32,6	68,8			83,04
Обед									
1	003300	Капуста квашеная с маслом	74,13	1,78	5,1	4,58	100		23,47
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		42,52
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	000293	Пюре картофельное Диета БМ	143,79	2,57	5,51	20,91	150		16,51
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	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,16
			795,46	28,73	38,57	81,11			163,06
			1 431,95	46,42	71,17	149,91	Итого за день		246,10

Шеф-повар Зел
(подпись)

Диетолог Основина О.С.
(подпись)

Мед. работник ИЗ
(подпись)

Технолог Погребняк С.В.
(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 22 - 23 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтракобед

№ 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	001613	Макаронные изделия отварные	269,54	6,66	6,47	45,76	150	9,06	
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	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	25		2,59
			624,01	25,48	24,67	72,77		83,48	
Обед									
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21	
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200	71,11	
3	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,58	
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	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	
			897,04	36,04	41,61	97,82		162,62	
			1 521,05	61,52	66,28	170,59	Итого за день	246,10	
Суббота									
Завтрак									
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	56,53	0,5	5,08	2,39	80	18,63	
2	001037	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,85	
3	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200	21,92	
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11	
			450,71	17,75	25,65	36,89		97,72	
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	57,3	2,73	1,37	8,44	160	13,45	
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	2,43	
			571,11	26,04	20,76	69,01		148,38	
			1 021,82	43,79	46,41	105,9	Итого за день	246,10	

Шеф-повар

[Signature]

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

[Signature]

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

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

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
Завтрак									
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90		57,06
2	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150		9,47
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,42
			377,69	20,77	10,96	53,12			84,83
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	222,95	9,33	11,52	20,37	250/10/1		30,09
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		20,79
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	29,64	0,23	0,34	6,49	13		17,12
			622,09	26,93	29,2	62,54			161,27
			999,78	47,7	40,16	115,66		Итого за день	246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001723	Каша молочная пшённная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5		28,21
2	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		2,88
3	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	22%	42,90
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15		19,26
			326,12	7,88	8,46	53,62			93,25
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	160,71	6,37	11,06	8,5	250/20/10/1		25,88
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150		20,40
5	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200		4,61
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	32,34	0,84	0,35	6,44	14		17,63
			508,64	28,63	19,44	54,48			152,85
			834,76	36,51	27,9	108,1		Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зар
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

СВ
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	285,24	25,34	15,12	10,51			81,31
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%	17,06
4	000213	Джем Лесные ягоды Махеев	40,8			10,2	15	без НДС	7,61
			383,07	27,77	17,12	27,92			107,66
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000162	Напиток из смородины	41,25	0,25	0,1	9,83	200		19,69
6	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		14,80
			643,99	25,06	31,54	64,05			138,44
			1 027,06	52,83	48,66	91,97	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	003683	Каша молочная рисовая с яблоком с маслом сливочным	194,89	5,76	7,34	26,04	200/5		38,04
2	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
3	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	19,11
4	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,41
			269,06	8,86	9,23	37,39			73,31
Обед									
1	003300	Калуста квашеная с маслом	44,48	1,07	3,06	2,75	60		14,08
2	002080	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью БГ	192,66	9,93	12,01	10,93	250/20/1		41,14
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		24,88
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		15,29
			723,66	27,07	34,84	73,33			172,79
			992,72	35,93	44,07	110,72	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Бел

(подпись)

Мед. работник

ИВ

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



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

Директор _____

МЕНЮ

на 22 - 23 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65				19,02
2	000332	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		38,52
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5		2,29
4	001485	Ряженка м.д.ж. 2,5% апельсин	47,76	2,4	2	5,04	1шт/80 мл	10%	20,38
5	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	27,36	0,22	0,31	5,99	12		15,42
			374,4	6,83	11,5	60,74			95,63
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	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	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	000026	Хлеб без глютена "Тёмный"	31,92	0,25	0,36	6,99	14		17,85
			572,56	29,54	20,69	71,11			150,47
			946,96	36,37	32,19	131,85		Итого за день	246,10
Суббота									
Завтрак									
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	49,46	0,44	4,45	2,09	70		16,30
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200		1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		22,71
			357,53	17,16	20,96	24,91			85,18
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	12,6	0,61	0,14	1,88	70		18,29
2	001423	Уха Рыбачья с ментаем 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	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200		10,49
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18		22,70
			498,35	26,32	24,17	42,9			160,92
			855,88	43,48	45,13	67,81		Итого за день	246,10

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Диетолог _____ Основина О.С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С.В.
(подпись)



ДО Комбинат школьного питания "Центральный"
Исикова О.А.

Директор



МЕНЮ

на 18 - 19 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед **ВЫХОД**

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64		
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	57,06
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	10,79
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	200	2,44
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	100	15,21
							20	2,10
			415	23,26	11,71	52,74		87,60
Обед								
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,90
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1	38,96
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
4	001169	Рагу овощное	142,66	3,14	3,77	23,86	160	22,18
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,3	1,58	0,61	7,34	18	3,19
			667,74	30,39	30,61	66,93		158,50
			1 082,74	53,65	42,32	119,67	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	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	25,98
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,46
			374,83	18,11	16,52	37,97		77,25
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	22,86
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	003079	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
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	41,14	1,38	0,43	7,94	17	2,06
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,46
			590,75	31,54	20,91	68,28		168,85
			965,58	49,65	37,43	106,25	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Зед

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

СВ

(подпись)

Технолог

С.В.

(подпись)

Погребняк С.В.



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

Директор



МЕНЮ

на 20 - 21 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Соль	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	285,24	25,34	15,12	10,51			81,31
2	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21			2,44
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,06
			327,63	27,8	17,13	13,84			100,81
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
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"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,77
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			690,66	28,28	33,24	68,1			145,29
			1 018,29	56,08	50,37	81,94	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	186	7,94	3,45	29,74	200		16,36
2	000402	Ряженка	51	3	2,5	4,2	100		12,99
3	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,02
			325,15	12,79	6,78	51,68			47,33
Обед									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		42,52
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45		59,42
4	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150		54,22
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	10%	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	38,72	1,3	0,4	7,47	16		1,94
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			673,87	34,29	28,55	68,05			198,77
			999,02	47,08	35,33	119,73	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

СВ

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



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

Директор



МЕНЮ

на 22 - 23 Май 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/5		24,12
3	000402	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180		23,38
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,09
			345,88	16,95	14,5	35,35			71,05
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	164,38	6,41	11,02	9,41	250/10/10/1		27,87
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	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000078	Фрукт апельсин свежий	78	1,8	0,4	16,2	200	10%	41,08
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18		2,15
			673,16	33,93	23,94	79,13			175,05
			1 019,04	50,88	38,44	114,48	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	002866	Огурцы свежие с зеленью с маслом	56,53	0,5	5,08	2,39	80		18,63
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150		44,45
3	000296	Цикорий на кокосовом молоке с сахаром	72,8	0,7	1,8	13,5	200		21,92
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,10
			445,21	18,91	23,6	38,63			102,31
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	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	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	74,4	2,29	0,71	14,73	31		3,85
			500,97	27,62	24,45	41,62			143,79
			946,18	46,53	48,05	80,25	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Зар

(подпись)

Мед. работник

ОВ

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)