



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

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 2 - 3 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

| на 2 - 3 Октября 2 026 г. комплекс №1 диета сахарный диабет завтрак |        |                                                                         |          |       |       |       |               |     |        |
|---------------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|-------|---------------|-----|--------|
| № п/п                                                               | Номер  | Наименование                                                            | Ккал     | Б     | Ж     | У     | Выход         | НДС | Цена   |
| Пятница                                                             |        |                                                                         |          |       |       |       |               |     |        |
|                                                                     |        | <b>Завтрак</b>                                                          |          |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                   | 004004 | Запеканка творожная со сметаной Диета 9                                 | 317,36   | 23,4  | 14,81 | 20,99 | 160           |     | 77,74  |
| 2                                                                   | 003570 | Чай с лимоном без сахара                                                | 1,71     | 0,05  | 0,01  | 0,15  | 200/5         |     | 2,14   |
| 3                                                                   | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                                     | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100           | 10% | 15,21  |
|                                                                     |        |                                                                         | 366,07   | 23,92 | 15,22 | 30,94 |               |     | 95,09  |
|                                                                     |        | <b>Обед</b>                                                             |          |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                   | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                               | 12       | 0,52  | 0,09  | 2,5   | 80            |     | 9,80   |
| 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   |     | 32,75  |
| 3                                                                   | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                         | 126,08   | 17,56 | 6,1   | 0,49  | 90/5          |     | 74,83  |
| 4                                                                   | 003290 | Булгур припущенный                                                      | 194,41   | 4,85  | 5,6   | 30,69 | 150           |     | 8,85   |
| 5                                                                   | 000385 | Кефир                                                                   | 75       | 4,5   | 3,75  | 5,85  | 150           |     | 19,17  |
| 6                                                                   | 000306 | Напиток из сухофруктов диета 9                                          | 37,78    | 0,46  | 0,02  | 8,91  | 200           |     | 2,24   |
| 7                                                                   | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                                 | 55,2     | 1,7   | 0,53  | 10,93 | 23            |     | 3,37   |
|                                                                     |        |                                                                         | 668,58   | 36,25 | 27,66 | 68,26 |               |     | 151,01 |
|                                                                     |        |                                                                         | 1 034,65 | 60,17 | 42,88 | 99,2  | Итого за день |     | 246,10 |
| Суббота                                                             |        |                                                                         |          |       |       |       |               |     |        |
|                                                                     |        | <b>Завтрак</b>                                                          |          |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                   | 001250 | Омлет запеченный натуральный                                            | 218,48   | 15,64 | 16,06 | 2,54  | 150           |     | 46,29  |
| 2                                                                   | 000385 | Кефир                                                                   | 100      | 6     | 5     | 7,8   | 200           |     | 25,56  |
| 3                                                                   | 000003 | Чай чёрный без сахара                                                   | 0,01     |       |       |       | 200           |     | 0,45   |
| 4                                                                   | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                        | 48       | 1,58  | 0,26  | 9,84  | 24            |     | 2,84   |
|                                                                     |        |                                                                         | 366,49   | 23,22 | 21,32 | 20,18 |               |     | 75,14  |
|                                                                     |        | <b>Обед</b>                                                             |          |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                   | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                               | 9        | 0,39  | 0,07  | 1,88  | 60            |     | 7,35   |
| 2                                                                   | 002259 | Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9 | 179,62   | 4,48  | 8,12  | 21,85 | 250/10/1      |     | 29,21  |
| 3                                                                   | 000291 | Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9                               | 127,75   | 12,85 | 5,18  | 7,22  | 40/40         |     | 51,36  |
| 4                                                                   | 002126 | Капуста брокколи отварная                                               | 81,61    | 8,35  | 0,17  | 11,66 | 150           |     | 53,46  |
| 5                                                                   | 002023 | Напиток из ягод без сахара                                              | 10       | 0,13  | 0,1   | 2,13  | 200           |     | 9,20   |
| 6                                                                   | 000087 | Фрукт слива свежая                                                      | 46       | 0,7   | 0,28  | 10,02 | 100           | 10% | 15,60  |
| 7                                                                   | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                   | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4  | 20            |     | 2,42   |
| 8                                                                   | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                        | 40       | 1,32  | 0,22  | 8,2   | 20            |     | 2,36   |
|                                                                     |        |                                                                         | 544,38   | 29,82 | 14,4  | 73,36 |               |     | 170,96 |
|                                                                     |        |                                                                         | 910,87   | 53,04 | 35,72 | 93,54 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.



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

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 28 - 29 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед **ОВЗ**

| на 28 - 29 сентября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин |        |                                                      |          |       |       |        |               |     |        |
|----------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| № п/п                                                                            | Номер  | Наименование                                         | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
| Понедельник                                                                      |        |                                                      |          |       |       |        |               |     |        |
|                                                                                  |        | <b>Завтрак</b>                                       |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                                | 000261 | Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9   | 174,01   | 6,68  | 7,4   | 19,86  | 200/5         |     | 24,98  |
| 2                                                                                | 000385 | Кефир                                                | 100      | 6     | 5     | 7,8    | 200           |     | 25,56  |
| 3                                                                                | 001011 | Кофейный напиток с цикорием и молоком диета 9        | 60,5     | 3,31  | 2,53  | 5,39   | 200           |     | 14,39  |
| 4                                                                                | 000083 | Фрукт киви свежие                                    | 47       | 0,8   | 0,4   | 8,1    | 100           | 10% | 31,20  |
| 5                                                                                | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"              | 55,2     | 1,7   | 0,53  | 10,93  | 23            |     | 3,42   |
|                                                                                  |        |                                                      | 436,71   | 18,49 | 15,86 | 52,08  |               |     | 99,55  |
|                                                                                  |        | <b>Обед</b>                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                                | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                            | 12       | 0,52  | 0,09  | 2,5    | 80            |     | 9,80   |
| 2                                                                                | 001690 | Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9 | 144,98   | 5,62  | 7,3   | 13,35  | 250           |     | 36,88  |
| 3                                                                                | 001354 | Бедро куриное запеченное                             | 226,08   | 16,29 | 17,46 |        | 90            |     | 50,25  |
| 4                                                                                | 003329 | Картофель тушеный                                    | 142,21   | 2,7   | 5,48  | 20,35  | 150           |     | 20,74  |
| 5                                                                                | 002116 | Напиток клубнично-яблочный Диета 9                   | 11,5     | 0,15  | 0,1   | 2,16   | 200           |     | 8,35   |
| 6                                                                                | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                  | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 15,21  |
| 7                                                                                | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20            |     | 2,42   |
| 8                                                                                | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"              | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            |     | 2,90   |
|                                                                                  |        |                                                      | 682,17   | 28,83 | 31,55 | 68,06  |               |     | 146,55 |
|                                                                                  |        |                                                      | 1 118,88 | 47,32 | 47,41 | 120,14 | Итого за день |     | 246,10 |
| Вторник                                                                          |        |                                                      |          |       |       |        |               |     |        |
|                                                                                  |        | <b>Завтрак</b>                                       |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                                | 003460 | Жаркое "По-деревенски" с мясом птицы                 | 249,63   | 21,08 | 8,83  | 21,37  | 60/150        |     | 84,09  |
| 2                                                                                | 001012 | Какао-напиток молочный с 13 витаминами диета 9       | 61,1     | 3,72  | 2,95  | 4,2    | 200           |     | 19,66  |
| 3                                                                                | 000402 | Ряженка                                              | 76,5     | 4,5   | 3,75  | 6,3    | 150           |     | 19,48  |
| 4                                                                                | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                | 42,84    | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17            |     | 2,02   |
|                                                                                  |        |                                                      | 430,07   | 30,66 | 15,75 | 40,71  |               |     | 125,25 |
|                                                                                  |        | <b>Обед</b>                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                                | 001498 | Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9           | 22,35    | 0,08  | 2,26  | 0,41   | 60            |     | 4,10   |
| 2                                                                                | 001423 | Уха Рыбачья с минтаем и зеленью                      | 138,46   | 9,56  | 5,8   | 12,05  | 200/40/1      |     | 45,65  |
| 3                                                                                | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ               | 180,66   | 13,48 | 13,52 | 1,23   | 90            |     | 56,94  |
| 4                                                                                | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                          | 202,5    | 5,85  | 6,12  | 30,6   | 150           |     | 5,29   |
| 5                                                                                | 000304 | Напиток из кураги диета 9                            | 36,82    | 0,56  | 0,13  | 8,16   | 200           |     | 4,80   |
| 6                                                                                | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                | 42,84    | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17            |     | 2,06   |
| 7                                                                                | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                     | 34       | 1,12  | 0,19  | 6,97   | 17            |     | 2,01   |
|                                                                                  |        |                                                      | 657,63   | 32,01 | 28,24 | 68,26  |               |     | 120,85 |
|                                                                                  |        |                                                      | 1 087,7  | 62,67 | 43,99 | 108,97 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

*Зач*  
(подпись)

Мед. работник

*АВ*  
(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Технолог

*С.В.*  
(подпись) Погребняк С. В.



## МЕНЮ

на 30 Сентября - 1 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

| № 30 сентября - 1 Октября 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                                                                                     | 001277 | Сыр "Гауда" слайсы                                                   | 48,43  | 3,89  | 3,65  |       | 14,5          |     | 17,05  |
| 2                                                                                     | 000270 | Каша молочная ячневая с маслом диета 9                               | 162,46 | 6,34  | 5,95  | 19,5  | 200/3         |     | 22,45  |
| 3                                                                                     | 000385 | Кефир                                                                | 75     | 4,5   | 3,75  | 5,85  | 150           |     | 19,17  |
| 4                                                                                     | 000003 | Чай чёрный без сахара                                                | 0,01   |       |       |       | 200           |     | 0,45   |
| 5                                                                                     | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                 | 41,14  | 1,38  | 0,43  | 7,94  | 17            |     | 2,48   |
|                                                                                       |        |                                                                      | 327,04 | 16,11 | 13,78 | 33,29 |               |     | 61,60  |
| Обед                                                                                  |        |                                                                      |        |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                                     | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                             | 46,08  | 0,49  | 4,11  | 1,51  | 60            |     | 9,53   |
| 2                                                                                     | 002216 | Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)          | 236,18 | 9,88  | 12,2  | 21,58 | 250/20/1      |     | 35,55  |
| 3                                                                                     | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                      | 126,08 | 17,56 | 6,1   | 0,49  | 90/5          |     | 74,83  |
| 4                                                                                     | 002126 | Капуста брокколи отварная                                            | 81,61  | 8,35  | 0,17  | 11,66 | 150           |     | 53,46  |
| 5                                                                                     | 003932 | Напиток из абрикоса сушеного без сахара                              | 61     | 1,25  | 0,1   | 13,25 | 200           |     | 6,48   |
| 6                                                                                     | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                 | 36,3   | 1,22  | 0,38  | 7,01  | 15            |     | 2,18   |
| 7                                                                                     | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                              | 40,8   | 1,26  | 0,39  | 8,08  | 17            |     | 2,47   |
|                                                                                       |        |                                                                      | 628,05 | 40,01 | 23,45 | 63,58 |               |     | 184,50 |
|                                                                                       |        |                                                                      | 955,09 | 56,12 | 37,23 | 96,87 | Итого за день |     | 246,10 |
| Четверг                                                                               |        |                                                                      |        |       |       |       |               |     |        |
| Завтрак                                                                               |        |                                                                      |        |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                                     | 000173 | Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным                      | 251,58 | 15,69 | 19,69 | 2,61  | 150/5         |     | 51,63  |
| 2                                                                                     | 003933 | Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет                                   | 3,71   | 0,1   | 0,04  | 0,73  | 200           |     | 7,58   |
| 3                                                                                     | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                  | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100           | 10% | 15,21  |
| 4                                                                                     | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                              | 52,8   | 1,63  | 0,51  | 10,45 | 22            |     | 3,15   |
|                                                                                       |        |                                                                      | 355,09 | 17,89 | 20,64 | 23,59 |               |     | 77,57  |
| Обед                                                                                  |        |                                                                      |        |       |       |       |               |     |        |
| 1                                                                                     | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                            | 9      | 0,39  | 0,07  | 1,88  | 60            |     | 7,35   |
| 2                                                                                     | 003943 | Суп картофельный с перловкой с мясом говядины, со сметаной и зеленью | 187,73 | 7,93  | 11,42 | 13,15 | 250/20/10/1   |     | 55,26  |
| 3                                                                                     | 003939 | Гуляш мясной БГ                                                      | 169,25 | 9,82  | 12,58 | 3,57  | 40/50         |     | 36,72  |
| 4                                                                                     | 002096 | Капуста цветная отварная                                             | 52,2   | 4,35  | 0,52  | 7,31  | 150           |     | 53,46  |
| 5                                                                                     | 000303 | Напиток из вишни диета 9                                             | 8,7    | 0,25  | 0,13  | 1,93  | 200           |     | 10,40  |
| 6                                                                                     | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                | 50,4   | 1,6   | 0,26  | 10,4  | 20            |     | 2,42   |
| 7                                                                                     | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                              | 48     | 1,48  | 0,46  | 9,5   | 20            |     | 2,92   |
|                                                                                       |        |                                                                      | 525,28 | 25,82 | 25,44 | 47,74 |               |     | 168,53 |
|                                                                                       |        |                                                                      | 880,37 | 43,71 | 46,08 | 71,33 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основа О. С.  
(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.  
(подпись)



# МЕНЮ

на 2 - 3 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

| на 2 - 3 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед-овз |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
|--------------------------------------------------------------------------|--------|----------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| № п/п                                                                    | Номер  | Наименование                                             | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
| Пятница                                                                  |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак                                                                  |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                        | 001744 | Гуляш из говядины                                        |          |       |       |        |               |     |        |
| 2                                                                        | 001347 | Овощи тушеные                                            | 170,02   | 12,17 | 12,04 | 3,34   | 40/50         |     | 81,86  |
| 3                                                                        | 003901 | Чай с лимоном                                            | 53,72    | 2,56  | 1,28  | 7,91   | 150           |     | 13,34  |
| 4                                                                        | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                      | 18,39    | 0,06  | 0,01  | 4,21   | 200/7         |     | 3,28   |
| 5                                                                        | 002003 | Кекс для детского питания без начинки 28 гр              | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 15,21  |
| 6                                                                        | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                  | 124,04   | 1,68  | 6,16  | 15,68  | 28            | 10% | 11,39  |
|                                                                          |        |                                                          | 67,2     | 2,07  | 0,64  | 13,3   | 28            |     | 4,06   |
|                                                                          |        |                                                          | 480,37   | 19,01 | 20,53 | 54,24  |               |     | 129,14 |
| Обед                                                                     |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                        | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная                         | 17,6     | 0,8   |       | 3,6    | 40            |     | 15,55  |
| 2                                                                        | 002234 | Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью БМ    | 156,21   | 6,39  | 10,57 | 8,5    | 250/20/1      |     | 28,26  |
| 3                                                                        | 002701 | Котлета из белой рыбы                                    | 249,22   | 13,29 | 18,98 | 6,31   | 90            |     | 53,50  |
| 4                                                                        | 003292 | Рис припущенный с овощами                                | 191,66   | 3,85  | 5,21  | 35,77  | 150           |     | 11,39  |
| 5                                                                        | 000151 | Напиток из сухофруктов                                   | 61,78    | 0,46  | 0,02  | 14,91  | 200           |     | 2,94   |
| 6                                                                        | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                    | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20            |     | 2,42   |
| 7                                                                        | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                  | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            |     | 2,90   |
|                                                                          |        |                                                          | 774,87   | 27,87 | 35,5  | 88,99  |               |     | 116,96 |
|                                                                          |        |                                                          | 1 255,24 | 46,88 | 56,03 | 143,23 | Итого за день |     | 246,10 |
| Суббота                                                                  |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак                                                                  |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                        | 001037 | Омлет запеченный натуральный Диета БМ                    | 223,98   | 14,48 | 18,11 | 0,8    | 150           |     | 41,67  |
| 2                                                                        | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                     | 16,01    |       |       | 4      | 200           |     | 0,91   |
| 3                                                                        | 001713 | Кекс для детского питания с начинкой 33р                 | 141,24   | 1,82  | 7,26  | 17,16  | 33            | 10% | 15,53  |
| 4                                                                        | 003844 | Коктейль на овсяной основе с ароматом ванили 200мл       |          |       |       |        | 200           |     | 33,28  |
| 5                                                                        | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                         | 50       | 1,65  | 0,28  | 10,25  | 25            |     | 2,94   |
|                                                                          |        |                                                          | 431,23   | 17,95 | 25,65 | 32,21  |               |     | 94,33  |
| Обед                                                                     |        |                                                          |          |       |       |        |               |     |        |
| 1                                                                        | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                 | 61,44    | 0,65  | 5,48  | 2,01   | 80            |     | 12,71  |
| 2                                                                        | 003095 | Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью | 191,96   | 7,07  | 10,67 | 16,31  | 250/20/1      |     | 29,74  |
| 3                                                                        | 001341 | Печень тушеная с овощами                                 | 123,44   | 14,03 | 4,67  | 6,12   | 50/40         |     | 58,63  |
| 4                                                                        | 001587 | Картофель отварной БМ                                    | 158,47   | 2,99  | 5,42  | 24,34  | 150           |     | 20,18  |
| 5                                                                        | 000322 | Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)       | 42       | 0,13  | 0,1   | 10,13  | 200           |     | 10,13  |
| 6                                                                        | 000087 | Фрукт слива свежая                                       | 46       | 0,7   | 0,28  | 10,02  | 100           | 10% | 15,60  |
| 7                                                                        | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                    | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20            |     | 2,42   |
| 8                                                                        | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                         | 40       | 1,32  | 0,22  | 8,2    | 20            |     | 2,36   |
|                                                                          |        |                                                          | 713,71   | 28,49 | 27,1  | 87,53  |               |     | 151,77 |
|                                                                          |        |                                                          | 1 144,94 | 46,44 | 52,75 | 119,74 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



# МЕНЮ

на 28 - 29 Сентября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОБЗ

| № п/п       | Номер  | Наименование                                               | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС     | Цена   |
|-------------|--------|------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|---------|--------|
| Понедельник |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
|             |        | Завтрак                                                    |          |       |       |        |               |         |        |
| 1           | 000461 | Яйцо отварное                                              | 62,8     | 5,08  | 4,6   | 0,28   | 1шт/40гр      | без НДС | 14,24  |
| 2           | 003363 | Каша рисовая с маслом подс.на кокосовом молоке             | 184,76   | 2,23  | 7,73  | 27,32  | 200/5         |         | 38,79  |
| 3           | 000777 | Кофейный напиток на кокосовом молоке                       | 89       | 0,91  | 1,84  | 17,29  | 200           |         | 28,41  |
| 4           | 003395 | Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"                        | 34,8     | 0,24  | 1,44  | 5,64   | 1шт/12гр      | 10%     | 10,27  |
| 5           | 001477 | Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner           | 28,3     | 1,2   | 0,3   | 5,2    | 1шт/10гр      | 10%     | 24,10  |
|             |        |                                                            | 399,66   | 9,66  | 15,91 | 55,73  |               |         | 115,81 |
|             |        | Обед                                                       |          |       |       |        |               |         |        |
| 1           | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                  | 9        | 0,39  | 0,07  | 1,88   | 60            |         | 7,35   |
| 2           | 001057 | Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью БГ, БМ        | 129,24   | 2,41  | 6,69  | 14,64  | 250/10/1      |         | 38,20  |
| 3           | 001354 | Бедро куриное запеченное                                   | 226,08   | 16,29 | 17,46 |        | 90            |         | 50,25  |
| 4           | 003344 | Макаронные изделия отварные                                | 261      | 6,66  | 5,7   | 45,76  | 150           |         | 6,08   |
| 5           | 001390 | Напиток клубнично-яблочный                                 | 43,5     | 0,15  | 0,1   | 10,16  | 200           |         | 9,28   |
| 6           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                        | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10%     | 15,21  |
| 7           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                       | 65,34    | 2,19  | 0,68  | 12,61  | 27            |         | 3,92   |
|             |        |                                                            | 781,16   | 28,56 | 31,1  | 94,85  |               |         | 130,29 |
|             |        |                                                            | 1 180,82 | 38,22 | 47,01 | 150,58 | Итого за день |         | 246,10 |
| Вторник     |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
|             |        | Завтрак                                                    |          |       |       |        |               |         |        |
| 1           | 003307 | Жаркое "По-домашнему" с мясом птицы                        | 201,04   | 16,6  | 5,46  | 21,3   | 50/150        |         | 68,36  |
| 2           | 003850 | Какао-напиток молочный с кокосовым молоком с 13 витаминами | 76,1     | 1,37  | 2,61  | 11,9   | 200           |         | 37,89  |
| 3           | 002202 | Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр            | 55       |       |       | 13,75  | 1шт/125гр     | 10%     | 25,19  |
| 4           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 55,44    | 1,76  | 0,29  | 11,44  | 22            |         | 2,60   |
|             |        |                                                            | 387,58   | 19,73 | 8,36  | 58,39  |               |         | 134,04 |
|             |        | Обед                                                       |          |       |       |        |               |         |        |
| 1           | 001408 | Салат "Витаминный" из свежей капусты                       | 54,38    | 0,16  | 5,01  | 2,11   | 100           |         | 8,74   |
| 2           | 001423 | Уха Рыбачья с ментаем и зеленью                            | 138,46   | 9,56  | 5,8   | 12,05  | 200/40/1      |         | 45,65  |
| 3           | 002690 | Котлета мясная "Белорусская"                               | 182,27   | 10,1  | 11,23 | 10,2   | 90            |         | 42,10  |
| 4           | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                | 202,5    | 5,85  | 6,12  | 30,6   | 150           |         | 5,29   |
| 5           | 000149 | Напиток из кураги                                          | 60,82    | 0,56  | 0,13  | 14,16  | 200           |         | 5,50   |
| 6           | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20            |         | 2,42   |
| 7           | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                           | 40       | 1,32  | 0,22  | 8,2    | 20            |         | 2,36   |
|             |        |                                                            | 728,83   | 29,15 | 28,77 | 87,72  |               |         | 112,06 |
|             |        |                                                            | 1 116,41 | 48,88 | 37,13 | 146,11 | Итого за день |         | 246,10 |

Шеф-повар

*Зел*  
(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник

*ИЗ*  
(подпись)

Технолог

*С. В.*  
(подпись) Погребняк С. В.



# МЕНЮ

на 30 Сентября - 1 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

| на 30 Сентября - 1 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
|------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|---------|--------|
| № п/п                                                                              | Номер  | Наименование                                               | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС     | Цена   |
| Среда                                                                              |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| Завтрак                                                                            |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| 1                                                                                  | 001715 | Каша геркулесовая на кокосовом молоке с клубникой Диета БМ | 183,19   | 3,01  | 8,65  | 23,53  | 200/2/5       |         | 52,47  |
| 2                                                                                  | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                       | 16,01    |       |       | 4      | 200           |         | 0,91   |
| 3                                                                                  | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                        | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10%     | 15,21  |
| 4                                                                                  | 003844 | Коктейль на овсяной основе с ароматом ванили 200мл         |          |       |       |        | 200           |         | 33,28  |
| 5                                                                                  | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                       | 45,98    | 1,54  | 0,48  | 8,87   | 19            |         | 2,71   |
|                                                                                    |        |                                                            | 292,18   | 5,02  | 9,53  | 46,2   |               |         | 104,58 |
| Обед                                                                               |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| 1                                                                                  | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                   | 46,08    | 0,49  | 4,11  | 1,51   | 60            |         | 9,53   |
| 2                                                                                  | 002011 | Суп-лапша с курицей и зеленью *                            | 197,23   | 9,48  | 11,66 | 13,36  | 250/15/1      |         | 22,83  |
| 3                                                                                  | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным            | 126,08   | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5          |         | 74,83  |
| 4                                                                                  | 001587 | Картофель отварной БМ                                      | 158,47   | 2,99  | 5,42  | 24,34  | 150           |         | 20,18  |
| 5                                                                                  | 003887 | Напиток из абрикоса сушеного                               | 93       | 1,25  | 0,1   | 21,25  | 200           |         | 7,41   |
| 6                                                                                  | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                       | 48,4     | 1,62  | 0,5   | 9,34   | 20            |         | 2,91   |
| 7                                                                                  | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                    | 62,4     | 1,92  | 0,6   | 12,35  | 26            |         | 3,83   |
|                                                                                    |        |                                                            | 731,66   | 35,31 | 28,49 | 82,64  |               |         | 141,52 |
|                                                                                    |        |                                                            | 1 023,84 | 40,33 | 38,02 | 128,84 | Итого за день |         | 246,10 |
| Четверг                                                                            |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| Завтрак                                                                            |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| 1                                                                                  | 001037 | Омлет запеченный натуральный Диета БМ                      | 253,84   | 16,41 | 20,52 | 0,91   | 170           |         | 47,23  |
| 2                                                                                  | 003712 | Чай "Ягодка"                                               | 35,71    | 0,1   | 0,04  | 8,73   | 200           |         | 8,51   |
| 3                                                                                  | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                        | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10%     | 15,21  |
| 4                                                                                  | 001258 | Блинчики безмолочные                                       | 167,31   | 4,5   | 3,78  | 28,76  | 80            |         | 3,79   |
| 5                                                                                  | 000219 | Джем Груша и банан Махеев                                  | 54,4     |       |       | 13,6   | 20            | без НДС | 10,41  |
| 6                                                                                  | 003846 | Коктейль на овсяной основе с бананом и клубникой 200мл     |          |       |       |        | 200           |         | 33,28  |
| 7                                                                                  | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                    | 40,8     | 1,26  | 0,39  | 8,08   | 17            |         | 2,47   |
|                                                                                    |        |                                                            | 599,06   | 22,74 | 25,13 | 69,88  |               |         | 120,90 |
| Обед                                                                               |        |                                                            |          |       |       |        |               |         |        |
| 1                                                                                  | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                  | 12       | 0,52  | 0,09  | 2,5    | 80            |         | 9,80   |
| 2                                                                                  | 001185 | Суп картофельный с рисом с мясом и с зеленью безмолочная   | 133,28   | 2,71  | 5,86  | 17,48  | 250/20/1      |         | 53,43  |
| 3                                                                                  | 001745 | Гуляш мясной                                               | 168,4    | 9,89  | 12,58 | 3,34   | 40/50         |         | 36,37  |
| 4                                                                                  | 003344 | Макаронные изделия отварные                                | 261      | 6,66  | 5,7   | 45,76  | 150           |         | 6,08   |
| 5                                                                                  | 003896 | Напиток клюквенный                                         | 48       | 0,02  |       | 11,8   | 200           |         | 14,40  |
| 6                                                                                  | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 45,36    | 1,44  | 0,23  | 9,36   | 18            |         | 2,21   |
| 7                                                                                  | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                    | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            |         | 2,91   |
|                                                                                    |        |                                                            | 716,04   | 22,72 | 24,92 | 99,74  |               |         | 125,20 |
|                                                                                    |        |                                                            | 1 315,1  | 45,46 | 50,05 | 169,62 | Итого за день |         | 246,10 |

Шеф-повар

*Зел*

(подпись)

Мед. работник

*ИЗ*

(подпись)

Диетолог

Основа О. С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)

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

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 2 - 3 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

| № п/п   | Номер  | Наименование                                                            | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
|---------|--------|-------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Пятница |        |                                                                         |          |       |       |        |               |     |        |
|         |        | Завтрак                                                                 |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 003948 | Запеканка творожная со сметаной Б/Г                                     | 332,55   | 22,73 | 14,38 | 26,5   | 160           |     | 76,77  |
| 2       | 003901 | Чай с лимоном                                                           | 18,39    | 0,06  | 0,01  | 4,21   | 200/7         |     | 3,28   |
| 3       | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                                     | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 15,21  |
|         |        |                                                                         | 397,94   | 23,26 | 14,79 | 40,51  |               |     | 95,26  |
|         |        | Обед                                                                    |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная                                        | 13,2     | 0,6   |       | 2,7    | 30            |     | 11,66  |
| 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   |     | 32,75  |
| 3       | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                         | 126,08   | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5          |     | 74,83  |
| 4       | 003626 | Рис припущенный с овощами                                               | 179,76   | 3,9   | 3,84  | 35,84  | 150           |     | 15,65  |
| 5       | 000151 | Напиток из сухофруктов                                                  | 61,78    | 0,46  | 0,02  | 14,91  | 200           |     | 2,94   |
| 6       | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                         | 42,3     | 1,24  | 0,23  | 8,82   | 18            |     | 13,01  |
|         |        |                                                                         | 591,23   | 30,42 | 21,76 | 71,65  |               |     | 150,84 |
|         |        |                                                                         | 989,17   | 53,68 | 36,55 | 112,16 | Итого за день |     | 246,10 |
| Суббота |        |                                                                         |          |       |       |        |               |     |        |
|         |        | Завтрак                                                                 |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 002806 | Масло сладко-сливочное порционно                                        | 57,93    | 0,09  | 6,34  | 0,12   | 8,75          |     | 9,35   |
| 2       | 001250 | Омлет запеченный натуральный                                            | 218,48   | 15,64 | 16,06 | 2,54   | 150           |     | 46,29  |
| 3       | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                                    | 16,01    |       |       | 4      | 200           |     | 0,91   |
| 4       | 001497 | Снежок м.д.ж. 2,5%                                                      | 62,4     | 2,4   | 2     | 8,8    | 1шт/80 мл     | 10% | 17,47  |
| 5       | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                         | 39,95    | 1,17  | 0,22  | 8,33   | 17            |     | 12,62  |
|         |        |                                                                         | 394,77   | 19,3  | 24,62 | 23,79  |               |     | 86,64  |
|         |        | Обед                                                                    |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                                | 46,08    | 0,49  | 4,11  | 1,51   | 60            |     | 9,53   |
| 2       | 002259 | Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9 | 179,62   | 4,48  | 8,12  | 21,85  | 250/10/1      |     | 29,21  |
| 3       | 000291 | Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9                               | 157,72   | 15,87 | 6,39  | 8,91   | 60/40         |     | 73,02  |
| 4       | 001873 | Пюре картофельное                                                       | 138,76   | 3,32  | 4,11  | 21,9   | 150           |     | 23,91  |
| 5       | 000322 | Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)                      | 42       | 0,13  | 0,1   | 10,13  | 200           |     | 10,13  |
| 6       | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                         | 42,3     | 1,24  | 0,23  | 8,82   | 18            |     | 13,66  |
|         |        |                                                                         | 606,48   | 25,53 | 23,06 | 73,12  |               |     | 159,46 |
|         |        |                                                                         | 1 001,25 | 44,83 | 47,68 | 96,91  | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



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

Директор

## МЕНЮ

на 28 - 29 Сентября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                               | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
|-------------|--------|----------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Понедельник |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001725 | Каша молочная рисовая с маслом сливочным                                   | 191,06   | 5,73  | 7,34  | 25,15  | 200/5         |     | 25,47  |
| 2           | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                                       | 16,01    |       |       | 4      | 200           |     | 0,91   |
| 3           | 003395 | Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"                                        | 34,8     | 0,24  | 1,44  | 5,64   | 1шт/12гр      | 10% | 10,27  |
| 4           | 001477 | Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner                           | 28,3     | 1,2   | 0,3   | 5,2    | 1шт/10гр      | 10% | 24,10  |
| 5           | 003890 | Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"    | 46,8     | 2,88  | 1,58  | 5,27   | 45            | 10% | 19,90  |
|             |        |                                                                            | 316,97   | 10,05 | 10,66 | 45,26  |               |     | 80,65  |
| Обед        |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                                  | 9        | 0,39  | 0,07  | 1,88   | 60            |     | 7,35   |
| 2           | 001690 | Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9                       | 144,98   | 5,62  | 7,3   | 13,35  | 250           |     | 36,88  |
| 3           | 001354 | Бедро куриное запеченное                                                   | 226,08   | 16,29 | 17,46 |        | 90            |     | 50,24  |
| 4           | 000332 | Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ | 233,14   | 0,27  | 5,53  | 45,56  | 150           |     | 28,14  |
| 5           | 001390 | Напиток клубнично-яблочный                                                 | 43,5     | 0,15  | 0,1   | 10,16  | 200           |     | 9,28   |
| 6           | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                        | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 15,21  |
| 7           | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 58,75    | 1,73  | 0,33  | 12,25  | 25            |     | 18,35  |
|             |        |                                                                            | 762,45   | 24,92 | 31,19 | 93     |               |     | 165,45 |
|             |        |                                                                            | 1 079,42 | 34,97 | 41,85 | 138,26 | Итого за день |     | 246,10 |
| Вторник     |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак     |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 003307 | Жаркое "По-домашнему" с мясом птицы                                        | 201,04   | 16,6  | 5,46  | 21,3   | 50/150        |     | 68,36  |
| 2           | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                                       | 16,01    |       |       | 4      | 200           |     | 0,91   |
| 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           | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 35,25    | 1,04  | 0,2   | 7,35   | 15            |     | 11,14  |
|             |        |                                                                            | 319,6    | 20,34 | 8,16  | 41,15  |               |     | 96,84  |
| Обед        |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1           | 001408 | Салат "Витаминный" из свежей капусты                                       | 32,63    | 0,1   | 3,01  | 1,27   | 60            |     | 5,24   |
| 2           | 001423 | Уха Рыбачья с минтаем и зеленью                                            | 138,46   | 9,56  | 5,8   | 12,05  | 200/40/1      |     | 45,65  |
| 3           | 002321 | Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ                                     | 180,66   | 13,48 | 13,52 | 1,23   | 90            |     | 56,94  |
| 4           | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                                | 202,5    | 5,85  | 6,12  | 30,6   | 150           |     | 5,29   |
| 5           | 000149 | Напиток из кураги                                                          | 60,82    | 0,56  | 0,13  | 14,16  | 200           |     | 5,50   |
| 6           | 001655 | Йогурт питьевой клубника-земляника                                         | 59,2     | 2,24  | 2     | 8,8    | 1шт/80 мл     | 10% | 21,22  |
| 7           | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 30,55    | 0,9   | 0,17  | 6,37   | 13            |     | 9,42   |
|             |        |                                                                            | 704,82   | 32,69 | 30,75 | 74,48  |               |     | 149,26 |
|             |        |                                                                            | 1 024,42 | 53,03 | 38,91 | 115,63 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись) Основина О. С.

Технолог

(подпись) Погребняк С. В.



МЕНЮ

на 30 Сентября - 1 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

| № п/п   | Номер  | Наименование                                                               | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | НДС | Цена   |
|---------|--------|----------------------------------------------------------------------------|----------|-------|-------|--------|---------------|-----|--------|
| Среда   |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001277 | Сыр "Гауда" слайсы                                                         | 48,43    | 3,89  | 3,65  |        | 14,5          |     | 17,05  |
| 2       | 001724 | Каша молочная кукурузная с маслом сливочным                                | 198,18   | 6,09  | 7,39  | 25,44  | 200/5         |     | 25,78  |
| 3       | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                                       | 16,01    |       |       | 4      | 200           |     | 0,91   |
| 4       | 001729 | Йогурт питьевой яблоко-тархун                                              | 59,2     | 2,24  | 2     | 8,8    | 1шт/80 мл     | 10% | 21,22  |
| 5       | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый                                               | 44,08    | 1,44  | 0,17  | 9,2    | 19            |     | 13,77  |
|         |        |                                                                            | 365,9    | 13,66 | 13,21 | 47,44  |               |     | 78,73  |
| Обед    |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                                   | 46,08    | 0,49  | 4,11  | 1,51   | 60            |     | 9,53   |
| 2       | 002216 | Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)                | 236,18   | 9,88  | 12,2  | 21,58  | 250/20/1      |     | 35,55  |
| 3       | 000279 | Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным                            | 126,08   | 17,56 | 6,1   | 0,49   | 90/5          |     | 74,83  |
| 4       | 001315 | Картофель отварной                                                         | 152,04   | 3,14  | 4,24  | 25,25  | 150           |     | 25,21  |
| 5       | 003887 | Напиток из абрикоса сушеного                                               | 93       | 1,25  | 0,1   | 21,25  | 200           |     | 7,41   |
| 6       | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый                                               | 46,4     | 1,52  | 0,18  | 9,68   | 20            |     | 14,84  |
|         |        |                                                                            | 699,78   | 33,84 | 26,93 | 79,76  |               |     | 167,37 |
|         |        |                                                                            | 1 065,68 | 47,5  | 40,14 | 127,2  | Итого за день |     | 246,10 |
| Четверг |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| Завтрак |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 000173 | Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным                            | 251,58   | 15,69 | 19,69 | 2,61   | 150/5         |     | 51,63  |
| 2       | 003712 | Чай "Ягодка"                                                               | 35,71    | 0,1   | 0,04  | 8,73   | 200           |     | 8,51   |
| 3       | 002899 | Фрукт яблоко свежее                                                        | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100           | 10% | 15,21  |
| 4       | 003890 | Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"    | 46,8     | 2,88  | 1,58  | 5,27   | 45            | 10% | 19,90  |
| 5       | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 47       | 1,38  | 0,26  | 9,8    | 20            |     | 14,85  |
|         |        |                                                                            | 428,09   | 20,52 | 21,97 | 36,21  |               |     | 110,10 |
| Обед    |        |                                                                            |          |       |       |        |               |     |        |
| 1       | 001322 | Огурцы свежие (порционно)                                                  | 9        | 0,39  | 0,07  | 1,88   | 60            |     | 7,35   |
| 2       | 002891 | Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью           | 178,02   | 7,4   | 10,83 | 12,82  | 250/10/10/1   |     | 35,72  |
| 3       | 003939 | Гуляш мясной БГ                                                            | 169,25   | 9,82  | 12,58 | 3,57   | 40/50         |     | 36,72  |
| 4       | 000332 | Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ | 233,14   | 0,27  | 5,53  | 45,56  | 150           |     | 28,14  |
| 5       | 003896 | Напиток клюквенный                                                         | 48       | 0,02  |       | 11,8   | 200           |     | 14,40  |
| 6       | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 42,3     | 1,24  | 0,23  | 8,82   | 18            |     | 13,67  |
|         |        |                                                                            | 679,71   | 19,14 | 29,24 | 84,45  |               |     | 136,00 |
|         |        |                                                                            | 1 107,8  | 39,66 | 51,21 | 120,66 | Итого за день |     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.  
(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.  
(подпись)



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

Директор

(подпись)

## МЕНЮ

на 28 Сентября - 2 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

| № п/п       | Номер  | Наименование                                                                | Ккал   | Б     | Ж     | У     | Выход   | Цена   |
|-------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|---------|--------|
| Понедельник |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                                 | 14,4   | 0,7   | 0,16  | 2,15  | 80      | 12,41  |
| 2           | 002610 | Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9                                            | 170,02 | 12,17 | 12,04 | 3,34  | 40/50   | 82,37  |
| 3           | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                                 | 216    | 6,24  | 6,53  | 32,64 | 160     | 5,64   |
| 4           | 001013 | Чай с лимоном без сахара диета 9                                            | 2,39   | 0,06  | 0,01  | 0,21  | 200/7   | 2,82   |
| 5           | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                            | 76     | 2,51  | 0,42  | 15,58 | 38      | 4,46   |
|             |        |                                                                             | 478,81 | 21,68 | 19,16 | 53,92 |         | 107,70 |
| Вторник     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 003298 | Огурцы свежие                                                               | 12     | 0,52  | 0,09  | 2,5   | 80      | 9,79   |
| 2           | 001354 | Бедро куриное запеченное                                                    | 251,2  | 18,1  | 19,4  |       | 100     | 55,83  |
| 3           | 000332 | Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ | 248,68 | 0,29  | 5,9   | 48,6  | 160     | 30,01  |
| 4           | 002023 | Напиток из ягод без сахара                                                  | 10     | 0,13  | 0,1   | 2,13  | 200     | 9,20   |
| 5           | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                                            | 48     | 1,58  | 0,26  | 9,84  | 24      | 2,87   |
|             |        |                                                                             | 569,88 | 20,62 | 25,75 | 63,07 |         | 107,70 |
| Среда       |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001644 | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                                        | 86,17  | 6,22  | 4,13  | 6,04  | 17/14,5 | 20,67  |
| 2           | 001121 | Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным без сахара        | 173,49 | 6,51  | 8,26  | 17,36 | 200/2/5 | 38,69  |
| 3           | 000385 | Кефир                                                                       | 90     | 5,4   | 4,5   | 7,02  | 180     | 23,01  |
| 4           | 003933 | Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет                                          | 3,71   | 0,1   | 0,04  | 0,73  | 200     | 7,58   |
| 5           | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                                         | 47     | 0,47  | 0,4   | 9,8   | 100     | 15,21  |
| 6           | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                                        | 41,14  | 1,38  | 0,43  | 7,94  | 17      | 2,54   |
|             |        |                                                                             | 441,51 | 20,08 | 17,76 | 48,89 |         | 107,70 |
| Четверг     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 001498 | Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9                                  | 29,8   | 0,1   | 3,01  | 0,55  | 80      | 5,47   |
| 2           | 001769 | Рыба запеченная минтай со сметаной Диета 9, Б/Г                             | 190,72 | 12,08 | 13,33 | 5,5   | 80      | 61,75  |
| 3           | 000293 | Пюре картофельное Диета БМ                                                  | 143,79 | 2,57  | 5,51  | 20,91 | 150     | 17,53  |
| 4           | 000306 | Напиток из сухофруктов диета 9                                              | 37,78  | 0,46  | 0,02  | 8,91  | 200     | 2,24   |
| 5           | 000087 | Фрукт слива свежая                                                          | 46     | 0,7   | 0,28  | 10,02 | 100     | 15,60  |
| 6           | 000292 | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"                                            | 49,35  | 1,85  | 0,71  | 8,57  | 21      | 5,11   |
|             |        |                                                                             | 497,44 | 17,76 | 22,86 | 54,46 |         | 107,70 |
| Пятница     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| Завтрак     |        |                                                                             |        |       |       |       |         |        |
| 1           | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                                    | 61,44  | 0,65  | 5,48  | 2,01  | 80      | 12,71  |
| 2           | 002870 | Плов ароматный из булгура с мясом                                           | 373,39 | 18,42 | 16,35 | 36,77 | 50/150  | 63,14  |
| 3           | 000960 | Кефир                                                                       | 90     | 5,4   | 4,5   | 7,02  | 180     | 23,02  |
| 4           | 000302 | Напиток из яблок без сахара                                                 | 9,9    | 0,08  | 0,08  | 1,96  | 200     | 5,80   |
| 5           | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                                     | 50,4   | 1,55  | 0,48  | 9,98  | 21      | 3,03   |
|             |        |                                                                             | 585,13 | 26,1  | 26,89 | 57,74 |         | 107,70 |

Шеф-повар

*Зел*

(подпись)

Мед. работник

*ИЗ*

(подпись)

Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания

*Ракитина А. С.*

(подпись)

Технолог

*Погребняк С. В.*

(подпись)



## МЕНЮ

на 28 Сентября - 2 Октября 2026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

| № п/п              | Номер  | Наименование                                                               | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход     | Цена          |
|--------------------|--------|----------------------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| <b>Понедельник</b> |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                                | 7,2           | 0,35         | 0,08         | 1,08         | 40        | 6,21          |
| 2                  | 002610 | Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9                                           | 170,02        | 12,17        | 12,04        | 3,34         | 40/50     | 82,37         |
| 3                  | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая                                                | 202,5         | 5,85         | 6,12         | 30,6         | 150       | 5,29          |
| 4                  | 003413 | Чай с лимоном и сахаром                                                    | 17,03         | 0,03         |              | 4,09         | 200/3     | 1,89          |
| 5                  | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый                                               | 37,12         | 1,22         | 0,14         | 7,74         | 16        | 11,94         |
|                    |        |                                                                            | <b>433,87</b> | <b>19,62</b> | <b>18,38</b> | <b>46,85</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Вторник</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 003298 | Огурцы свежие                                                              | 12            | 0,52         | 0,09         | 2,5          | 80        | 9,79          |
| 2                  | 001354 | Бедро куриное запеченное                                                   | 251,2         | 18,1         | 19,4         |              | 100       | 55,83         |
| 3                  | 000332 | Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ | 233,14        | 0,27         | 5,53         | 45,56        | 150       | 28,14         |
| 4                  | 003713 | Чай чёрный с сахаром                                                       | 16,01         |              |              | 4            | 200       | 0,91          |
| 5                  | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 42,3          | 1,24         | 0,23         | 8,82         | 18        | 13,03         |
|                    |        |                                                                            | <b>554,65</b> | <b>20,13</b> | <b>25,25</b> | <b>60,88</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Среда</b>       |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 000043 | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.                                     | 66,1          | 0,1          | 7,25         | 0,14         | 1шт/10 гр | 10,79         |
| 2                  | 001277 | Сыр "Гауда" слайсы                                                         | 48,43         | 3,89         | 3,65         |              | 14,5      | 17,05         |
| 3                  | 001724 | Каша молочная кукурузная с маслом сливочным                                | 246,73        | 7,58         | 9,2          | 31,67        | 250/5     | 30,89         |
| 4                  | 003712 | Чай "Ягодка"                                                               | 35,71         | 0,1          | 0,04         | 8,73         | 200       | 8,51          |
| 5                  | 001729 | Йогурт питьевой яблоко-тархун                                              | 59,2          | 2,24         | 2            | 8,8          | 1шт/80 мл | 21,22         |
| 6                  | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый                                               | 60,32         | 1,98         | 0,23         | 12,58        | 26        | 19,24         |
|                    |        |                                                                            | <b>516,49</b> | <b>15,89</b> | <b>22,37</b> | <b>61,92</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Четверг</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 002270 | Салат "Витаминный" из свежей капусты                                       | 48,83         | 1,13         | 3,12         | 3,94         | 60        | 5,24          |
| 2                  | 001769 | Рыба запеченная минтай со сметаной Диета 9, Б/Г                            | 190,72        | 12,08        | 13,33        | 5,5          | 80        | 61,75         |
| 3                  | 001873 | Пюре картофельное                                                          | 138,76        | 3,32         | 4,11         | 21,9         | 150       | 23,91         |
| 4                  | 000151 | Напиток из сухофруктов                                                     | 61,78         | 0,46         | 0,02         | 14,91        | 200       | 2,94          |
| 5                  | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый                                            | 44,65         | 1,31         | 0,25         | 9,31         | 19        | 13,86         |
|                    |        |                                                                            | <b>484,74</b> | <b>18,3</b>  | <b>20,83</b> | <b>55,56</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Пятница</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| <b>Завтрак</b>     |        |                                                                            |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                                   | 61,44         | 0,65         | 5,48         | 2,01         | 80        | 12,71         |
| 2                  | 002875 | Плов ароматный с мясом                                                     | 331,28        | 15,74        | 14,95        | 36,16        | 50/150    | 52,53         |
| 3                  | 000170 | Напиток яблочный                                                           | 41,9          | 0,08         | 0,08         | 9,96         | 200       | 6,17          |
| 4                  | 001655 | Йогурт питьевой клубника-земляника                                         | 59,2          | 2,24         | 2            | 8,8          | 1шт/80 мл | 21,22         |
| 5                  | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый                                               | 46,4          | 1,52         | 0,18         | 9,68         | 20        | 15,07         |
|                    |        |                                                                            | <b>540,22</b> | <b>20,23</b> | <b>22,69</b> | <b>66,61</b> |           | <b>107,70</b> |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания

(подпись) Ракитина А. С.

Технолог

(подпись) Погребняк С. В.



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

Директор

(подпись)



## МЕНЮ

на 28 Сентября - 2 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак

| № п/п              | Номер  | Наименование                                               | Ккал          | Б            | Ж            | У            | Выход     | Цена          |
|--------------------|--------|------------------------------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-----------|---------------|
| <b>Понедельник</b> |        |                                                            |               |              |              |              |           |               |
|                    |        | <b>Завтрак</b>                                             |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 001372 | Помидоры свежие (порционно)                                | 12,6          | 0,61         | 0,14         | 1,88         | 70        | 10,86         |
| 2                  | 002223 | Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами               | 321,28        | 15,24        | 13,08        | 35,13        | 50/150    | 61,95         |
| 3                  | 003901 | Чай с лимоном                                              | 18,39         | 0,06         | 0,01         | 4,21         | 200/7     | 3,28          |
| 4                  | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                        | 47            | 0,47         | 0,4          | 9,8          | 100       | 15,21         |
| 5                  | 003395 | Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"                        | 34,8          | 0,24         | 1,44         | 5,64         | 1шт/12гр  | 10,27         |
| 6                  | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                       | 60,5          | 2,03         | 0,63         | 11,68        | 25        | 3,64          |
| 7                  | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                           | 42            | 1,39         | 0,23         | 8,61         | 21        | 2,49          |
|                    |        |                                                            | <b>536,57</b> | <b>20,04</b> | <b>15,93</b> | <b>76,95</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Вторник</b>     |        |                                                            |               |              |              |              |           |               |
|                    |        | <b>Завтрак</b>                                             |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 003298 | Огурцы свежие                                              | 12            | 0,52         | 0,09         | 2,5          | 80        | 9,79          |
| 2                  | 001354 | Бедро куриное запеченное                                   | 251,2         | 18,1         | 19,4         |              | 100       | 55,83         |
| 3                  | 001611 | Макаронные изделия отварные (рожки) БМ                     | 321,52        | 7,99         | 7,77         | 54,91        | 180       | 7,50          |
| 4                  | 003895 | Напиток вишнёвый                                           | 42            | 0,04         |              | 10,4         | 200       | 14,40         |
| 5                  | 000074 | Фрукт яблоко свежее                                        | 47            | 0,47         | 0,4          | 9,8          | 100       | 15,21         |
| 6                  | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 55,44         | 1,76         | 0,29         | 11,44        | 22        | 2,61          |
| 7                  | 000015 | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"                           | 40            | 1,32         | 0,22         | 8,2          | 20        | 2,36          |
|                    |        |                                                            | <b>769,16</b> | <b>30,2</b>  | <b>28,17</b> | <b>97,25</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Среда</b>       |        |                                                            |               |              |              |              |           |               |
|                    |        | <b>Завтрак</b>                                             |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 000461 | Яйцо отварное                                              | 62,8          | 5,08         | 4,6          | 0,28         | 40        | 14,24         |
| 2                  | 001715 | Каша геркулесовая на кокосовом молоке с клубникой Диета БМ | 200,59        | 3,3          | 9,47         | 25,77        | 220/2/5   | 56,40         |
| 3                  | 003712 | Чай "Ягодка"                                               | 35,71         | 0,1          | 0,04         | 8,73         | 200       | 8,51          |
| 4                  | 002202 | Пюре фруктовое яблоко ТМ "Сады придонья" 125 гр            | 55            |              |              | 13,75        | 1шт/125гр | 25,19         |
| 5                  | 000014 | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                       | 55,66         | 1,86         | 0,58         | 10,74        | 23        | 3,36          |
|                    |        |                                                            | <b>409,76</b> | <b>10,34</b> | <b>14,69</b> | <b>59,27</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Четверг</b>     |        |                                                            |               |              |              |              |           |               |
|                    |        | <b>Завтрак</b>                                             |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 002270 | Салат "Витаминный" из свежей капусты                       | 40,7          | 0,94         | 2,6          | 3,28         | 50        | 4,37          |
| 2                  | 001999 | Минтай запеченный                                          | 90,94         | 15,95        | 1,72         | 3,14         | 80        | 65,01         |
| 3                  | 000293 | Пюре картофельное Диета БМ                                 | 143,79        | 2,57         | 5,51         | 20,91        | 150       | 17,53         |
| 4                  | 000151 | Напиток из сухофруктов                                     | 61,78         | 0,46         | 0,02         | 14,91        | 200       | 2,94          |
| 5                  | 000087 | Фрукт слива свежая                                         | 46            | 0,7          | 0,28         | 10,02        | 100       | 15,60         |
| 6                  | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 47,88         | 1,52         | 0,25         | 9,88         | 19        | 2,25          |
|                    |        |                                                            | <b>431,09</b> | <b>22,14</b> | <b>10,38</b> | <b>62,14</b> |           | <b>107,70</b> |
| <b>Пятница</b>     |        |                                                            |               |              |              |              |           |               |
|                    |        | <b>Завтрак</b>                                             |               |              |              |              |           |               |
| 1                  | 003640 | Помидоры свежие с маслом                                   | 53,76         | 0,57         | 4,8          | 1,76         | 70        | 11,12         |
| 2                  | 002875 | Плов ароматный с мясом                                     | 331,28        | 15,74        | 14,95        | 36,16        | 50/150    | 52,53         |
| 3                  | 000170 | Напиток яблочный                                           | 41,9          | 0,08         | 0,08         | 9,96         | 200       | 6,17          |
| 4                  | 003846 | Коктейль на овсяной основе с бананом и клубникой 200мл     |               |              |              |              | 200       | 33,28         |
| 5                  | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                      | 45,36         | 1,44         | 0,23         | 9,36         | 18        | 2,13          |
| 6                  | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                    | 40,8          | 1,26         | 0,39         | 8,08         | 17        | 2,47          |
|                    |        |                                                            | <b>513,1</b>  | <b>19,09</b> | <b>20,45</b> | <b>65,32</b> |           | <b>107,70</b> |

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по  
организации  
индивидуального  
питания

(подпись)

Ракитина А. С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.