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

Согласовано
Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | НДС | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Четверг** | | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | | |
| 1 | 002806 | Масло сладко-сливочное порционно | 57,93 | 0,09 | 6,34 | 0,12 | 8,75 | | 9,35 |
| 2 | 001723 | Каша молочная пшённая с маслом сливочным | 198,18 | 6,81 | 7,86 | 24,31 | 200/5 | | 25,60 |
| 3 | 000961 | Ряженка | 76,5 | 4,5 | 3,75 | 6,3 | 150 | | 19,48 |
| 4 | 004078 | Чай "Ягодка" (вишня) | 35,49 | 0,1 | 0,05 | 8,77 | 200 | | 5,31 |
| 5 | 002899 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 10% | 15,21 |
| 6 | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый | 51,04 | 1,67 | 0,2 | 10,65 | 22 | | 16,47 |
| | | | **466,14** | **13,64** | **18,6** | **59,95** | | | **91,42** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 002006 | Капуста свежая с маслом | 63,83 | 1,32 | 4,13 | 5,15 | 80 | | 7,45 |
| 2 | 001821 | Рассольник Ленинградский с мясом говядины и с зеленью БГ, БМ | 174,86 | 7,57 | 10,38 | 13,16 | 250/20/1 | | 54,01 |
| 3 | 001212 | Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9 | 183,73 | 11,31 | 13,87 | 2,63 | 40/50 | | 37,40 |
| 4 | 000332 | Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ | 233,14 | 0,27 | 5,53 | 45,56 | 150 | | 28,14 |
| 5 | 004020 | Напиток "Ягодно-яблочный" | 44 | 0,08 | 0,04 | 10,74 | 200 | | 11,20 |
| 6 | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый | 51,04 | 1,67 | 0,2 | 10,65 | 22 | | 16,48 |
| | | | **750,6** | **22,22** | **34,15** | **87,89** | | | **154,68** |
| | | | **1 216,74** | **35,86** | **52,75** | **147,84** | **Итого за день** | | **246,10** |
| **Пятница** | | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | | |
| 1 | 004004 | Запеканка творожная со сметаной Диета 9 | 317,36 | 23,4 | 14,81 | 20,99 | 160 | | 77,74 |
| 2 | 003713 | Чай чёрный с сахаром | 16,01 | | | 4 | 200 | | 0,91 |
| 3 | 000219 | Джем Груша и банан Махеев | 40,8 | | | 10,2 | 15 | без НДС | 7,81 |
| | | | **374,17** | **23,4** | **14,81** | **35,19** | | | **86,46** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 17,6 | 0,8 | | 3,6 | 40 | | 15,55 |
| 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 (филе минтая, лук реп., масло под., соль) | 126,08 | 17,56 | 6,1 | 0,49 | 90/5 | | 74,83 |
| 4 | 003626 | Рис припущенный с овощами | 191,74 | 4,16 | 4,1 | 38,23 | 160 | | 16,69 |
| 5 | 000151 | Напиток из сухофруктов | 61,78 | 0,46 | 0,02 | 14,91 | 200 | | 2,94 |
| 6 | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый | 54,05 | 1,59 | 0,3 | 11,27 | 23 | | 16,88 |
| | | | **619,36** | **31,23** | **22,09** | **77,39** | | | **159,64** |
| | | | **993,53** | **54,63** | **36,9** | **112,58** | **Итого за день** | | **246,10** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Диетолог Основина О. С.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Четверг** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001498 | Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9 | 45,95 | 1,13 | 3,12 | 3,22 | 60 | 5,16 |
| 2 | 001769 | Рыба запеченная минтай со сметаной Диета 9, Б/Г | 166,88 | 10,57 | 11,66 | 4,81 | 70 | 54,03 |
| 3 | 001873 | Пюре картофельное | 148,01 | 3,54 | 4,38 | 23,36 | 160 | 25,50 |
| 4 | 000307 | Напиток из шиповника диета 9 | 33,6 | 0,54 | 0,22 | 7,73 | 200 | 4,58 |
| 5 | 000074 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 15,21 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 52,8 | 1,63 | 0,51 | 10,45 | 22 | 3,22 |
| | | | **494,24** | **17,88** | **20,29** | **59,37** | | **107,70** |
| | | **Пятница** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001213 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9 | 173,54 | 10,07 | 12,58 | 4,49 | 40/50 | 44,26 |
| 2 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 3 | 000754 | Капуста цветная отварная с маслом растительным | 51,84 | 2,32 | 2,94 | 3,9 | 80 | 29,09 |
| 4 | 000960 | Кефир | 90 | 5,4 | 4,5 | 7,02 | 180 | 23,02 |
| 5 | 000306 | *Напиток из сухофруктов диета 9* | 37,78 | 0,46 | 0,02 | 8,91 | 200 | 2,24 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 62,4 | 1,92 | 0,6 | 12,35 | 26 | 3,80 |
| | | | **618,06** | **26,02** | **26,76** | **67,27** | | **107,70** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Четверг** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 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 | 000148 | Напиток из шиповника | 57,6 | 0,54 | 0,22 | 13,73 | 200 | 5,28 |
| 5 | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый | 37,6 | 1,1 | 0,21 | 7,84 | 16 | 11,52 |
| | | | **473,51** | **18,17** | **20,99** | **52,91** | | **107,70** |
| | | **Пятница** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 13,2 | 0,6 | | 2,7 | 30 | 11,66 |
| 2 | 001213 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9 | 173,54 | 10,07 | 12,58 | 4,49 | 40/50 | 44,26 |
| 3 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 4 | 004019 | Напиток "Вкус лета" | 44 | 0,08 | 0,02 | 10,7 | 200 | 11,20 |
| 5 | 001655 | Йогурт питьевой клубника-земляника | 59,2 | 2,24 | 2 | 8,8 | 1шт/80 мл | 21,22 |
| 6 | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый | 44,08 | 1,44 | 0,17 | 9,2 | 19 | 14,07 |
| | | | ***536,52*** | ***20,28*** | ***20,89*** | ***66,49*** | | ***107,70*** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Новикова О.А. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Четверг** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 002270 | Салат "Витаминный" из свежей капусты | 48,83 | 1,13 | 3,12 | 3,94 | 60 | 5,24 |
| 2 | 001999 | Минтай запеченный | 79,57 | 13,95 | 1,51 | 2,75 | 70 | 56,88 |
| 3 | 000293 | Пюре картофельное Диета БМ | 162,96 | 2,91 | 6,24 | 23,7 | 170 | 19,87 |
| 4 | 000148 | Напиток из шиповника | 57,6 | 0,54 | 0,22 | 13,73 | 200 | 5,28 |
| 5 | 002899 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 15,21 |
| 6 | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка" | 47,88 | 1,52 | 0,25 | 9,88 | 19 | 2,31 |
| 7 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 48 | 1,48 | 0,46 | 9,5 | 20 | 2,91 |
| | | | **491,84** | **22** | **12,2** | **73,3** | | **107,70** |
| **Пятница** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 13,2 | 0,6 | | 2,7 | 30 | 11,66 |
| 2 | 001345 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским | 174,06 | 10,17 | 12,59 | 4,62 | 40/50 | 42,92 |
| 3 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 4 | 004019 | Напиток "Вкус лета" | 44 | 0,08 | 0,02 | 10,7 | 200 | 11,20 |
| 5 | 003844 | Коктейль на овсяной основе с ароматом ванили 200мл | | | | | 200 | 33,28 |
| 6 | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка" | 70,56 | 2,24 | 0,36 | 14,56 | 28 | 3,35 |
| | | | **504,32** | **18,94** | **19,09** | **63,18** | | **107,70** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Четверг** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 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 | 000148 | Напиток из шиповника | 57,6 | 0,54 | 0,22 | 13,73 | 200 | 5,28 |
| 5 | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый | 37,6 | 1,1 | 0,21 | 7,84 | 16 | 11,52 |
| | | | **473,51** | **18,17** | **20,99** | **52,91** | | **107,70** |
| **Пятница** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 13,2 | 0,6 | | 2,7 | 30 | 11,66 |
| 2 | 001213 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9 | 173,54 | 10,07 | 12,58 | 4,49 | 40/50 | 44,26 |
| 3 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 4 | 004019 | Напиток "Вкус лета" | 44 | 0,08 | 0,02 | 10,7 | 200 | 11,20 |
| 5 | 001655 | Йогурт питьевой клубника-земляника | 59,2 | 2,24 | 2 | 8,8 | 1шт/80 мл | 21,22 |
| 6 | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый | 44,08 | 1,44 | 0,17 | 9,2 | 19 | 14,07 |
| | | | **536,52** | **20,28** | **20,89** | **66,49** | | **107,70** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Четверг** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 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 | 000148 | Напиток из шиповника | 57,6 | 0,54 | 0,22 | 13,73 | 200 | 5,28 |
| 5 | 003883 | Хлеб "Кукурузный" безглютеновый | 37,6 | 1,1 | 0,21 | 7,84 | 16 | 11,52 |
| | | | **473,51** | **18,17** | **20,99** | **52,91** | | **107,70** |
| **Пятница** | | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 13,2 | 0,6 | | 2,7 | 30 | 11,66 |
| 2 | 001213 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9 | 173,54 | 10,07 | 12,58 | 4,49 | 40/50 | 44,26 |
| 3 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 4 | 004019 | Напиток "Вкус лета" | 44 | 0,08 | 0,02 | 10,7 | 200 | 11,20 |
| 5 | 001655 | Йогурт питьевой клубника-земляника | 59,2 | 2,24 | 2 | 8,8 | 1шт/80 мл | 21,22 |
| 6 | 003884 | Хлеб "Рисовый" безглютеновый | 44,08 | 1,44 | 0,17 | 9,2 | 19 | 14,07 |
| | | | **536,52** | **20,28** | **20,89** | **66,49** | | **107,70** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Четверг** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001498 | Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9 | 45,95 | 1,13 | 3,12 | 3,22 | 60 | 5,16 |
| 2 | 001769 | Рыба запеченная минтай со сметаной Диета 9, Б/Г | 166,88 | 10,57 | 11,66 | 4,81 | 70 | 54,03 |
| 3 | 001873 | Пюре картофельное | 148,01 | 3,54 | 4,38 | 23,36 | 160 | 25,50 |
| 4 | 000307 | Напиток из шиповника диета 9 | 33,6 | 0,54 | 0,22 | 7,73 | 200 | 4,58 |
| 5 | 000074 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 15,21 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 52,8 | 1,63 | 0,51 | 10,45 | 22 | 3,22 |
| | | | **494,24** | **17,88** | **20,29** | **59,37** | | **107,70** |
| | | **Пятница** | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | |
| 1 | 001213 | Мясо тушеное в томате с перцем болгарским диета БГ Диета 9 | 173,54 | 10,07 | 12,58 | 4,49 | 40/50 | 44,26 |
| 2 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | 5,29 |
| 3 | 000754 | Капуста цветная отварная с маслом растительным | 51,84 | 2,32 | 2,94 | 3,9 | 80 | 29,09 |
| 4 | 000960 | Кефир | 90 | 5,4 | 4,5 | 7,02 | 180 | 23,02 |
| 5 | 000306 | Напиток из сухофруктов диета 9 | 37,78 | 0,46 | 0,02 | 8,91 | 200 | 2,24 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 62,4 | 1,92 | 0,6 | 12,35 | 26 | 3,80 |
| | | | **618,06** | **26,02** | **26,76** | **67,27** | | **107,70** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания _____ Ракитина А. С.
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)

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

Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | НДС | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Четверг** | | | | | | | |
| | | ***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 | 000402 | Ряженка | 102 | 6 | 5 | 8,4 | 200 | | 25,98 |
| 4 | 004079 | Чай "Ягодка" Диета 9 (вишня) | 3,49 | 0,1 | 0,05 | 0,77 | 200 | | 4,38 |
| 5 | 000074 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 10% | 15,21 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 79,2 | 2,44 | 0,76 | 15,68 | 33 | | 4,87 |
| | | | **442,58** | **19,24** | **15,81** | **54,15** | | | **89,94** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 002028 | Капуста свежая с маслом диета 9 | 32,14 | 1,11 | 1,62 | 3,17 | 60 | | 4,83 |
| 2 | 002068 | Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью* | 186,76 | 7,9 | 11,42 | 12,9 | 250/20/10/1 | | 59,25 |
| 3 | 001212 | Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9 | 207,79 | 12,79 | 15,69 | 2,98 | 55/40 | | 49,43 |
| 4 | 000438 | Овощи припущенные | 135,16 | 3,05 | 4,08 | 21,27 | 150 | | 26,92 |
| 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* | | 2,91 |
| | | | **668,95** | **28,18** | **33,66** | **62,15** | | | **156,16** |
| | | | **1 111,53** | **47,42** | **49,47** | **116,3** | **Итого за день** | | **246,10** |
| | | **Пятница** | | | | | | | |
| | | ***Завтрак*** | | | | | | | |
| 1 | 004004 | Запеканка творожная со сметаной Диета 9 | 317,36 | 23,4 | 14,81 | 20,99 | 160 | | 77,74 |
| 2 | 000003 | Чай чёрный без сахара | 0,01 | | | | 200 | | 0,45 |
| 3 | 000083 | Фрукт киви свежие | 47 | 0,8 | 0,4 | 8,1 | 100 | 10% | 31,20 |
| | | | **364,37** | **24,2** | **15,21** | **29,09** | | | **109,39** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 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 |
| 2 | 000279 | Рыба припущенная (филе минтая, лук реп., масло под., соль) | 126,08 | 17,56 | 6,1 | 0,49 | 90/5 | | 74,83 |
| 3 | 003288 | Гречка отварная рассыпчатая | 202,5 | 5,85 | 6,12 | 30,6 | 150 | | 5,29 |
| 4 | 003474 | Овощная смесь "Европейская" припущенная | 48,53 | 1,84 | 1,76 | 6,35 | 60 | | 18,04 |
| 5 | 000306 | Напиток из сухофруктов диета 9 | 37,78 | 0,46 | 0,02 | 8,91 | 200 | | 2,24 |
| 6 | *000017* | *Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"* | *57,6* | *1,78* | *0,55* | *11,4* | *24* | | 3,56 |
| | | | **640,6** | **34,15** | **26,12** | **66,64** | | | **136,71** |
| | | | **1 004,97** | **58,35** | **41,33** | **95,73** | **Итого за день** | | **246,10** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Диетолог Основина О. С.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог Погребняк С. В.
(подпись)

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

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

# МЕНЮ

**на 5 - 6 Ноября 2 026 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ**

| № п/п | Номер | Наименование | Ккал | Б | Ж | У | Выход | НДС | Цена |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | **Четверг** | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | | |
| 1 | 000461 | Яйцо отварное | 62,8 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | 40 | без НДС | 14,24 |
| 2 | 000271 | Каша ячневая на кокосовом молоке | 185,4 | 2,87 | 7,79 | 25,7 | 200/5 | | 38,37 |
| 3 | 004078 | Чай "Ягодка" (вишня) | 35,49 | 0,1 | 0,05 | 8,77 | 200 | | 5,31 |
| 4 | 002899 | Фрукт яблоко свежее | 47 | 0,47 | 0,4 | 9,8 | 100 | 10% | 15,21 |
| 5 | 002230 | Хлебцы рисовые Злаковый коктейль клюквенный 11гр ТМ Dr. Korner | 35,2 | 0,99 | 0,22 | 7,26 | 1шт/11гр | 10% | 24,39 |
| 6 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 48 | 1,48 | 0,46 | 9,5 | 20 | | 2,92 |
| | | | **413,89** | **10,99** | **13,52** | **61,31** | | | **100,44** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 002006 | Капуста свежая с маслом | 55,85 | 1,16 | 3,62 | 4,5 | 70 | | 6,52 |
| 2 | 003293 | Рассольник Ленинградский с мясом говядины и зеленью БМ | 174,86 | 7,63 | 10,42 | 12,51 | 250/20/1 | | 53,62 |
| 3 | 001676 | Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" | 182,98 | 11,17 | 13,49 | 3,58 | 50/50 | без НДС | 44,51 |
| 4 | 004040 | Макаронные изделия отварные (спирали)БМ | 323,44 | 7,99 | 7,76 | 54,91 | 180 | | 7,50 |
| 5 | 004020 | Напиток "Ягодно-яблочный" | 44 | 0,08 | 0,04 | 10,74 | 200 | | 11,20 |
| 6 | 001522 | Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл | 55 | | | 13,75 | 1шт/125мл | 10% | 17,06 |
| 7 | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка" | 47,88 | 1,52 | 0,25 | 9,88 | 19 | | 2,34 |
| 8 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 48 | 1,48 | 0,46 | 9,5 | 20 | | 2,91 |
| | | | **932,01** | **31,03** | **36,04** | **119,37** | | | **145,66** |
| | | | **1 345,9** | **42,02** | **49,56** | **180,68** | **Итого за день** | | **246,10** |
| | | **Пятница** | | | | | | | |
| | | **Завтрак** | | | | | | | |
| 1 | 001354 | Бедро куриное запеченное | 226,08 | 16,29 | 17,46 | | 90 | | 50,25 |
| 2 | 002096 | Капуста цветная отварная | 52,2 | 4,35 | 0,52 | 7,31 | 150 | | 53,46 |
| 3 | 003713 | Чай чёрный с сахаром | 16,01 | | | 4 | 200 | | 0,91 |
| 4 | 001477 | Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner | 37 | 1,2 | 0,3 | 6,6 | 1шт/10гр | 10% | 24,10 |
| 5 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 62,4 | 1,92 | 0,6 | 12,35 | 26 | | 3,82 |
| | | | **393,69** | **23,76** | **18,88** | **30,26** | | | **132,54** |
| | | **Обед** | | | | | | | |
| 1 | 001652 | Кукуруза сладкая, бланшированная | 13,2 | 0,6 | | 2,7 | 30 | | 11,66 |
| 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 рыбки | 249,22 | 13,29 | 18,98 | 6,31 | 90 | | 53,50 |
| 4 | 003292 | Рис припущенный с овощами | 204,44 | 4,11 | 5,56 | 38,15 | 160 | | 12,15 |
| 5 | 000151 | Напиток из сухофруктов | 61,78 | 0,46 | 0,02 | 14,91 | 200 | | 2,94 |
| 6 | 000005 | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка" | 45,36 | 1,44 | 0,23 | 9,36 | 18 | | 2,15 |
| 7 | 000017 | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский" | 48 | 1,48 | 0,46 | 9,5 | 20 | | 2,90 |
| | | | **778,21** | **27,77** | **35,82** | **89,43** | | | **113,56** |
| | | | **1 171,9** | **51,53** | **54,7** | **119,69** | **Итого за день** | | **246,10** |

Шеф-повар _____
(подпись)

Диетолог _____ Основина О. С.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В.
(подпись)