



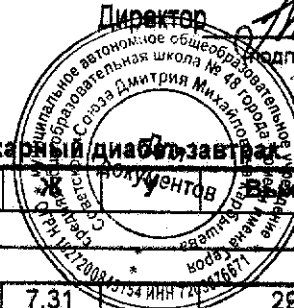
Утверждаю:

Согласовано:

АО Комбинат детского питания "Центральный"

И.Н. Мороз

Директор



(подпись)

### МЕНЮ

на 21 - 25 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет/завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеводы	Вода	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	Каша молочная овсяная с черникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	165,19	6,41	8,19	15,42	200/2/5	29,23
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
5	Фрукт яблоко свежее	49,35	0,49	0,42	10,29	105	15,29
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	81,69	2,52	0,78	16,17	34	3,54
		<b>485,1</b>	<b>17,19</b>	<b>16,7</b>	<b>64,88</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	59,52
3	Овощи тушеные	66,31	3,18	1,58	9,73	180	18,19
4	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
5	Кефир 80гр	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	14,56
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	79,53	2,52	0,41	16,41	32	2,79
		<b>502,85</b>	<b>20,62</b>	<b>20,56</b>	<b>58,71</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	47,18
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	63,37	2,12	0,65	12,23	26	2,79
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	53,19	1,71	0,29	10,93	26	2,13
		<b>466,54</b>	<b>16,15</b>	<b>15,81</b>	<b>64,21</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Томаты Черри свежие	8,1	0,4	0,09	1,21	45	32,15
2	Котлета из минтая	262,55	16,45	19,06	6,3	90	52,25
3	Булгур припущенный	170,33	4,57	3,95	28,71	140	17,33
4	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,56
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	96,84	3,07	0,5	19,94	38	3,39
		<b>540,01</b>	<b>24,55</b>	<b>23,61</b>	<b>56,37</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Поджарка из мяса (свинина) БГ	231,45	13	16,61	6,53	50/50	49,30
2	Пюре картофельное	144,43	3,33	4,73	21,91	150	22,82
3	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200	22,08
4	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	61,07	2,02	0,34	12,52	31	2,57
		<b>602,6</b>	<b>26,15</b>	<b>27,29</b>	<b>59,85</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар Зел (подпись)

Калькулятор Ракитина А.С. (подпись)

Мед. работник АВТ (подпись)

Начальник отдела Степановичус В.Ю. (подпись)



Утверждаю:

А.С. Комбинат общественного питания "Центральный"  
Иванова И.Н. Иванова И.Н.

Согласовано:



# МЕНЮ

на 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная без яиц

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	268,78	17,37	21,73	0,96	180	47,64
2	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием на кокосовом молоке	75,34	0,81	1,8	12,7	200	17,10
3	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	53,02	1,75	0,29	10,87	27	2,24
6	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,03
		<b>620,34</b>	<b>23,82</b>	<b>30,96</b>	<b>59,12</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

Иванова И.Н.  
(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.  
(подпись)

Мед. работник

Иванова И.Н.  
(подпись)

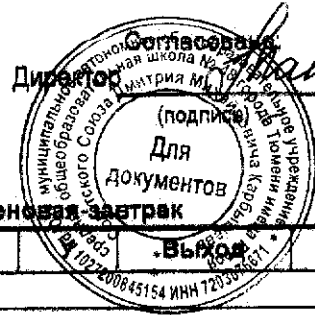
Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.  
(подпись)



Утверждаю:

Комбинат детского питания "Центральный"  
 Директор: И.Н. Мисакин



## МЕНЮ

на 21 - 25 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	199,78	6,09	7,39	25,84	200/5	23,35
2	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
6	Хлеб без глютена "Белый"	43,68	1,13	0,47	8,7	19	12,29
7	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
		<b>589,03</b>	<b>10,13</b>	<b>13,98</b>	<b>103,66</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	43,26
3	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб без глютена "Темный"	56,12	0,44	0,64	12,28	25	16,00
		<b>390,9</b>	<b>15,98</b>	<b>15,42</b>	<b>47,58</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Жаркое "По-домашнему" со свинойной" БГ	239,37	11,96	12,58	18,82	40/145	45,66
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	Хлеб без глютена "Белый"	40,87	1,06	0,44	8,14	18	11,50
5	Хлеб без глютена "Темный"	42,09	0,33	0,48	9,21	18	12,00
		<b>376,44</b>	<b>13,77</b>	<b>15,8</b>	<b>44,09</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Томаты Черри свежие	7,2	0,35	0,08	1,08	40	28,57
2	Рыба припущенная (минтай)	77,5	17,05	0,86	0,38	70	51,28
3	Рис припущенный	177,16	3,19	3,59	32,19	130	13,18
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Хлеб без глютена "Темный"	40,58	0,32	0,46	8,88	18	11,58
		<b>320,83</b>	<b>20,97</b>	<b>5</b>	<b>46,74</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тестели мясные *	211,58	11,13	12,54	13,56	90	37,86
2	Пюре картофельное	139,61	3,22	4,57	21,18	145	22,06
3	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
4	Хлеб без глютена "Белый"	37,17	0,97	0,4	7,4	16	10,46
5	Хлеб без глютена "Темный"	35,78	0,28	0,41	7,83	16	10,20
6	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
		<b>631,11</b>	<b>17</b>	<b>20,03</b>	<b>69,28</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

*Бел*

(подпись)

Калькулятор

*Ракитина А.С.*

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

*В.Ю.*

(подпись)

Начальник отдела

*Степановичус В.Ю.*

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:

И.Н. Маслов

Согласовано:

Маслов

## МЕНЮ

на 21 - 25 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная-загрузка



№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вит. Вит.	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Каша на рисовом молоке овсяная с черникой и яблоком и маслом подсолнечным БМ	174,89	2,35	8,58	22,01	200/2/5	31,21
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	73,62	2,27	0,71	14,57	31	3,19
7	Джем фруктовый в инд. уп. 18 гр.	97,92			24,48	2шт/18гр	12,87
8	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,60
		<b>757,38</b>	<b>16,8</b>	<b>19,02</b>	<b>130,09</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Наггетсы куриные хрустящие	238,8	10,6	13,32	19,08	106	59,52
3	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	58,15	1,85	0,3	12	23	2,04
		<b>426,99</b>	<b>16,17</b>	<b>15,06</b>	<b>56,43</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	47,18
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	52,21	1,75	0,54	10,08	22	2,30
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	65,46	2,11	0,36	13,45	32	2,62
		<b>467,65</b>	<b>16,18</b>	<b>15,77</b>	<b>64,58</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Томаты Черри свежие	9,9	0,48	0,11	1,48	55	39,29
2	Котлета из минтая	262,55	16,45	19,06	6,3	90	52,25
3	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150	9,99
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	87,8	2,79	0,45	18,12	35	3,08
		<b>594,95</b>	<b>23,41</b>	<b>25,14</b>	<b>67,18</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	Тефтели мясные "	211,58	11,13	12,54	13,56	90	37,86
3	Пюре картофельное Диета БМ	153,38	2,74	5,88	22,31	160	16,13
4	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	56,98	1,91	0,59	11	24	2,51
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	59,17	1,95	0,33	12,13	30	2,50
7	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
		<b>600,08</b>	<b>19,65</b>	<b>21,54</b>	<b>80,81</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

*Зел*  
(подпись)

Калькулятор

*Маслов*  
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

*А31*  
(подпись)

Начальник отдела

*Степанович*  
(подпись)

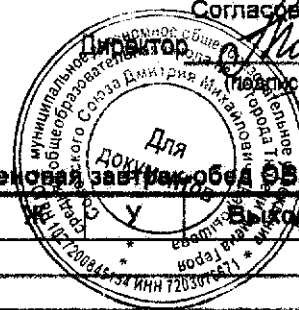
Степанович В.Ю.



Утверждаю:

Комбинат диетического питания "Центральный"  
И.Н. Ильин

Согласовано:



### МЕНЮ

на 23 - 24 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютенная завтрак-обед-ужин

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	У	В	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	199,78	6,09	7,39	25,84	200/5	23,35
2	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	Хлеб без глютена "Белый"	45,45	1,18	0,49	9,05	20	12,79
4	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
		<b>292,04</b>	<b>10,15</b>	<b>9,46</b>	<b>40,2</b>		<b>53,25</b>
<b>Обед</b>							
1	Капуста морская Нори Original 4,5гр	24,75	0,66	2	1,04	4,5	62,40
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9	138,11	13,41	5,88	7,53	50/40	45,06
4	Пюре картофельное	139,61	3,22	4,57	21,18	145	22,06
5	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
6	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
		<b>580,95</b>	<b>21,39</b>	<b>20,25</b>	<b>77,32</b>		<b>192,85</b>
		<b>872,99</b>	<b>31,54</b>	<b>29,71</b>	<b>117,52</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	221,99	11,93	11,08	17,86	40/145	46,22
3	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	Молоко питьевое обогащенное 80мл					1шт/80 мл	14,30
5	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
		<b>308,83</b>	<b>14,59</b>	<b>14,83</b>	<b>28,52</b>		<b>83,54</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	8,7	11,53	10,88	250/20/10/	32,06
3	Минтай припущенный в сметане БГ	91,14	12,25	3,76	2,1	70	43,44
4	Рис припущенный с овощами	192,18	3,43	5,02	32,48	150	17,15
5	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
7	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,70
8	Хлеб без глютена "Тёмный"	41,6	0,33	0,48	9,15	18	11,90
		<b>642,3</b>	<b>25,03</b>	<b>21,86</b>	<b>85,1</b>		<b>162,56</b>
		<b>951,13</b>	<b>39,62</b>	<b>36,69</b>	<b>113,62</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

Берд

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

Ильин

(подпись)

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.

Степанавичус В.Ю.

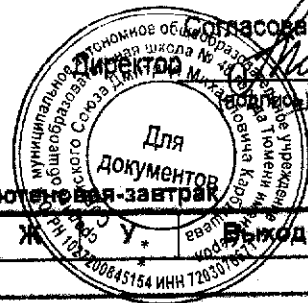
(подпись)



Утверждаю:

А.С. Комбинат Центрального питания "Центральный"

Ильцова П.Н.



Одобрено:

Директор

Для документа

### МЕНЮ

на 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У*	Выход	Цена
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	15,98
2	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	261,58	15,69	19,69	2,61	150/5	49,52
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Хлеб без глютена "Белый"	53,59	1,39	0,58	10,67	23	15,08
5	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,03
		<b>499,79</b>	<b>22,83</b>	<b>30,17</b>	<b>32,94</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

Зел  
(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.  
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

В.И.  
(подпись)

Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.  
(подпись)

Степанавичус В.Ю.

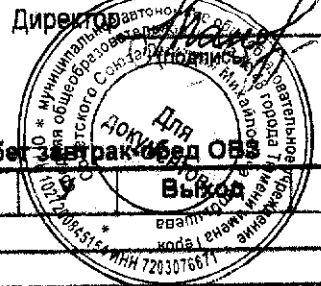


Утверждаю:

Комбинат диетического питания "Центральный"

Каласова И.Н. *И.Н. Каласова*

Согласовано:



## МЕНЮ

на 23 - 24 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак Обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж			Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	15,98
2	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	182,18	6,09	7,39	21,44	200/5	22,79
3	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200	14,07
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,14
		<b>340,81</b>	<b>14,76</b>	<b>14,04</b>	<b>36,68</b>		<b>54,98</b>
<b>Обед</b>							
1	Капуста морская Нори Original 4,5гр	24,75	0,66	2	1,04	4,5	62,40
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	41,01
3	Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9	156,15	15,95	6,41	8,28	60/40	52,58
4	Пюре картофельное	163,68	3,77	5,38	24,83	170	25,86
5	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	5,40
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	43,86	1,41	0,24	9,01	22	1,74
		<b>597,44</b>	<b>28,39</b>	<b>20,94</b>	<b>72,45</b>		<b>191,12</b>
		<b>938,25</b>	<b>43,15</b>	<b>34,98</b>	<b>109,13</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	221,99	11,93	11,08	17,86	40/145	46,22
3	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	Молоко питьевое обогащенное 80мл					1шт/80 мл	14,30
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		<b>353,43</b>	<b>16,29</b>	<b>14,81</b>	<b>38,02</b>		<b>73,92</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	26,97
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	209,94	9,07	14,19	10,88	250/30/10/1	39,45
3	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95	54,84
4	Булгур с овощами	209,92	5,55	5,23	34,6	150	22,78
5	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
8	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	66,84	2,15	0,36	13,73	33	2,66
		<b>773,64</b>	<b>29,93</b>	<b>27,78</b>	<b>99,48</b>		<b>172,18</b>
		<b>1 126,97</b>	<b>46,22</b>	<b>42,59</b>	<b>137,5</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Гел*

(подпись)

Калькулятор

*Ракитина А.С.*

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

*В.Ю. Степанавичус*

(подпись)

Начальник отдела

*В.Ю. Степанавичус*

Степанавичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:

Комбинат диетического питания "Центральный"

И.Н. Маслов

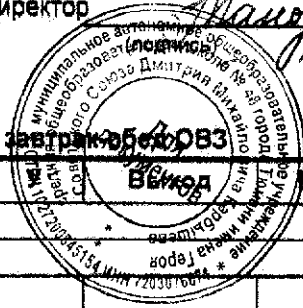
Согласовано:

Директор

Маслов

### МЕНЮ

на 25 - 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак обед



№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж		Цена
<b>Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	167,53	6,31	7,09	19,39	200/5 20,87
2	Чай Ройбуш	0,01				200 1,36
3	Кефир 80гр	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл 14,56
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20 2,13
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38,51	1,27	0,21	7,89	19 1,63
6	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр 27,62
		<b>378,38</b>	<b>12,94</b>	<b>10,35</b>	<b>58,19</b>	<b>68,17</b>
<b>Обед</b>						
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12 37,18
2	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ Диета 9	190,68	6,36	8,82	21,48	250/10/1 31,55
3	Биточки мясные	213,11	13,41	11,52	13,94	90 58,03
4	Овощи припущенные (рагу овощное)	142,66	3,14	3,76	23,66	160 20,31
5	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл 27,04
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20 2,13
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20 1,69
		<b>780,95</b>	<b>26,27</b>	<b>27,12</b>	<b>107,74</b>	<b>177,93</b>
		<b>1 159,33</b>	<b>39,21</b>	<b>37,47</b>	<b>165,93</b>	<b>Итого за день 246,10</b>
<b>Суббота</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5 15,98
2	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5 49,52
3	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200 15,98
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,56	1,46	0,45	8,41	18 1,92
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36	1,19	0,2	7,38	18 1,52
		<b>440,67</b>	<b>26,95</b>	<b>26,94</b>	<b>22,6</b>	<b>84,90</b>
<b>Обед</b>						
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80 32,53
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	209,86	8,5	11,54	17,79	250/20/10/ 54,07
3	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	95,15	14,67	3,94	0,47	75 48,80
4	Картофельные шарики запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145 18,67
5	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,98	200 3,61
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,4	1,52	0,47	8,76	19 2,00
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36,09	1,19	0,2	7,4	18 1,52
		<b>545,84</b>	<b>29,91</b>	<b>18,15</b>	<b>65</b>	<b>161,20</b>
		<b>986,51</b>	<b>55,86</b>	<b>45,09</b>	<b>87,6</b>	<b>Итого за день 246,10</b>

Шеф-повар

Бел  
(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.  
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

СВ  
(подпись)

Начальник отдела

Степановичус В.Ю.  
(подпись)

Степановичус В.Ю.





Утверждаю:

Согласовано:

Комбинат центрального питания "Центральный"

Савинова Л.Н. *Л.Н. Савинова*

Директор



*Канов*

### МЕНЮ

на 21 - 22 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ДВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тост двойной с сыром "Гауда"	172,34	12,43	8,26	17,00	34/29	37,68
2	Каша молочная овсяная с черникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	165,19	6,41	8,19	15,42	200/2/6	29,23
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Ряженка м.д.ж. 2,5% 80гр	40,8	2,4	2	3,36	1шт/80 мл	14,56
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	1,87
		<b>468,54</b>	<b>23,04</b>	<b>19,26</b>	<b>49,2</b>		<b>98,53</b>
<b>Обед</b>							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	341,05	18,72	16,03	28,43	250/30/10/1	34,36
3	Жаркое "По-домашнему" со свиной	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	47,18
4	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
5	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб пшеничный "Изобилие"	41,55	1,22	0,39	8,31	15	1,93
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13	16	1,57
		<b>803,65</b>	<b>34,11</b>	<b>29,52</b>	<b>97,31</b>		<b>147,57</b>
		<b>1 272,19</b>	<b>67,15</b>	<b>48,78</b>	<b>146,51</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	94,04	2,31	5,27	9,12	145	70,50
2	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
3	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	59,86	1,9	0,31	12,35	24	2,10
		<b>236,19</b>	<b>4,95</b>	<b>6,1</b>	<b>39,19</b>		<b>122,70</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Уха Рыбацкая с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	282,86	18,1	6,52	37,4	40/130	47,92
4	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	66,92	2,06	0,64	13,25	28	2,89
		<b>560,54</b>	<b>32,18</b>	<b>13,47</b>	<b>77,36</b>		<b>123,40</b>
		<b>796,73</b>	<b>37,13</b>	<b>19,57</b>	<b>116,55</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Зел*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Калькулятор

*Рекитина А.С.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Рекитина А.С.

Мед. работник

*В.Ю. Степановичус*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

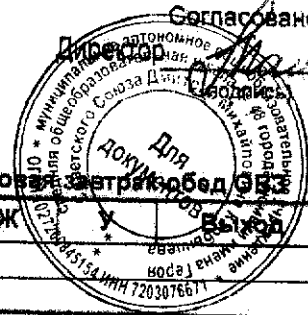
Начальник отдела

*В.Ю. Степановичус*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:  
 И.Н. Иванова



Согласовано:  
 2024.10.25

## МЕНЮ

на 25 - 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак/обед/ужин

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Цена
<b>Пятница</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5 37,65
2	Чай Ройбуш	0,01				200 1,36
3	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл 18,30
4	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17 11,05
		<b>310,54</b>	<b>9,57</b>	<b>9,72</b>	<b>46,36</b>	<b>68,36</b>
<b>Обед</b>						
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12 37,18
2	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ Диета 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1 38,43
3	Тефтелька мясная в соусе	204,59	10,76	12,16	13,03	90 38,24
4	Овощи припущенные (рагу овощное)	124,82	2,74	3,29	20,88	140 17,77
5	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл 27,04
6	Хлеб без глютена "Белый"	33,12	0,86	0,36	6,6	14 9,32
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	34,2	0,27	0,39	7,49	15 9,76
		<b>779,71</b>	<b>25,34</b>	<b>30,7</b>	<b>100,4</b>	<b>177,74</b>
		<b>1 090,26</b>	<b>34,91</b>	<b>40,42</b>	<b>146,76</b>	<b>Итого за день 246,10</b>
<b>Суббота</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5 15,98
2	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5 49,52
3	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7 3,22
4	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20 13,00
		<b>368,6</b>	<b>20,84</b>	<b>23,85</b>	<b>17,02</b>	<b>81,72</b>
<b>Обед</b>						
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80 32,53
2	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	175,78	5,42	8,96	18,41	250/10/10/ 34,19
3	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	95,15	14,67	3,94	0,47	75 48,80
4	Картофельные шарики запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150 19,31
5	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200 4,63
6	Хлеб без глютена "Белый"	42,35	1,1	0,46	8,43	18 11,92
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20 13,00
		<b>554,87</b>	<b>25,69</b>	<b>15,94</b>	<b>76,78</b>	<b>164,36</b>
		<b>923,47</b>	<b>46,53</b>	<b>39,79</b>	<b>93,8</b>	<b>Итого за день 246,10</b>

Шеф-повар

Иванова  
 (подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.  
 (подпись)

Мед. работник

Иванова  
 (подпись)

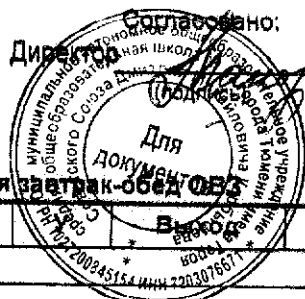
Начальник отдела

Степанавичус В.Ю.  
 (подпись)



Утверждаю:

Комбината детского питания "Центральный"  
Гайдарова И.Н. *И.Н. Гайдарова*



# МЕНЮ

на 21 - 22 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед-ужин

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Цена
<b>Понедельник</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5
2	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5
3	Чай гречишный	0,01				200
4	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл
5	Ряженка м.д.ж. 2,5% персик-абрикос 80гр	49,68	2,4	2	5,6	1шт/80 мл
6	Хлеб без глютена "Белый"	45,28	1,18	0,49	9,02	20
		<b>420,72</b>	<b>16,63</b>	<b>15,88</b>	<b>53,2</b>	
<b>Обед</b>						
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80
2	Суп гороховый с мясом птицы Диета БГ	247,61	13,29	12,4	18,68	250
3	Жаркое "По-домашнему" со свининой" БГ	239,37	11,96	12,58	18,82	40/145
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200
5	Сок яблоко-виноград для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл
6	Хлеб без глютена "Белый"	42,65	1,11	0,46	8,49	18
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	42,09	0,33	0,48	9,21	18
		<b>739,9</b>	<b>27,86</b>	<b>26,1</b>	<b>95,26</b>	
		<b>1 160,62</b>	<b>44,48</b>	<b>41,98</b>	<b>148,46</b>	<b>Итого за день 246,10</b>
<b>Вторник</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150
2	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7
3	Масло сладко-сливочное в инд упаковке 10 гр	66,1	0,1	7,25	0,14	10
4	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20
5	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр
		<b>255,08</b>	<b>4,24</b>	<b>13,82</b>	<b>27,9</b>	
<b>Обед</b>						
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы )	9,9	0,48	0,09	1,75	60
2	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1
3	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	216,3	13,84	4,98	28,6	40/130
4	Сок яблоко-персик для детей ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл
5	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15
6	Хлеб без глютена "Тёмный"	43,53	0,34	0,5	9,53	19
		<b>534,84</b>	<b>25,1</b>	<b>11,75</b>	<b>81,83</b>	
		<b>789,92</b>	<b>29,34</b>	<b>25,67</b>	<b>109,73</b>	<b>Итого за день 246,10</b>

Шеф-повар

*Генд*  
(подпись)

Калькулятор

*А.С. Ракитина*  
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

*В.Ю. Степанавичус*  
(подпись)

Начальник отдела

*В.Ю. Степанавичус*  
(подпись) Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

директора Центрального

И.Н. *Маслов*



# МЕНЮ

на 25 - 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Углеб.	Вит	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша пшеничная с бананом на рисовом молоке	205,49	3,04	7,69	31,23	160/40/5	36,28
2	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	54,26	1,82	0,56	10,47	22	2,39
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	47,34	1,56	0,26	9,7	24	1,99
		<b>387</b>	<b>7,1</b>	<b>9,02</b>	<b>68,91</b>		<b>89,54</b>
<b>Обед</b>							
1	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
3	Котлета по-домашнему	202,87	12,4	13,8	7,26	90	41,12
4	Овощи припущенные (рагу овощное)	160,49	3,53	4,23	26,85	180	22,85
5	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	80,12	2,64	0,44	16,42	40	3,40
		<b>768,18</b>	<b>24,63</b>	<b>33,04</b>	<b>104,34</b>		<b>156,56</b>
		<b>1 156,18</b>	<b>31,73</b>	<b>42,06</b>	<b>173,25</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
2	Напиток кокосовый с какао с вит С	77,4	1,45	3,54	10,1	200	30,68
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
5	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
		<b>453,5</b>	<b>20,09</b>	<b>24,37</b>	<b>38</b>		<b>91,50</b>
<b>Обед</b>							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	Суп картофельный с рисом с мясом и с зеленью БМ	161,93	5,15	7,96	17,48	250/10/1	28,12
3	Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	196,29	12,95	7,42	19,09	115	66,78
4	Картофельные шарики запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	18,67
5	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40,95	1,35	0,23	8,39	20	1,74
		<b>638,91</b>	<b>25,1</b>	<b>18,11</b>	<b>92,88</b>		<b>154,60</b>
		<b>1 092,41</b>	<b>45,19</b>	<b>42,48</b>	<b>130,88</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Jed*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Калькулятор

*Ракитина А.С.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Мед. работник

*В.Ю.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

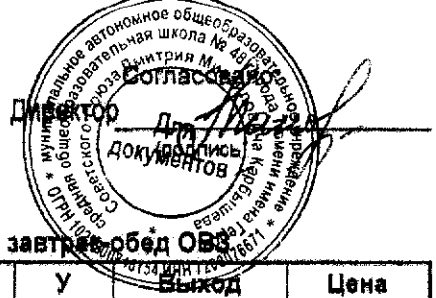
Начальник отдела

*Степановичус В.Ю.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)



Утверждаю:

Комбинат диетического питания "Центральный"  
И.Н. Маслова



## МЕНЮ

на 23 - 24 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша на рисовом молоке кукурузная с маслом Диета БМ БГ	209,64	2,1	8,5	30,79	200/5	30,94
2	Цикорий диета на кокосовом молоке	72,8	0,7	1,8	13,5	200	19,35
3	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,59	1,46	0,45	8,41	18	1,92
		<b>373,03</b>	<b>4,73</b>	<b>11,15</b>	<b>62,5</b>		<b>66,77</b>
<b>Обед</b>							
1	Капуста морская Нори Original 4,5гр	24,75	0,86	2	1,04	4,5	62,40
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	Печень тушенная с овощами	137,15	15,59	5,19	6,8	60/40	49,38
4	Пюре картофельное Диета БМ	134,2	2,39	5,14	19,52	140	14,12
5	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	40,41	1,35	0,42	7,8	17	1,78
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	33,33	1,07	0,18	6,85	17	1,32
		<b>602,72</b>	<b>24,8</b>	<b>20,21</b>	<b>79,6</b>		<b>179,33</b>
		<b>975,75</b>	<b>29,53</b>	<b>31,36</b>	<b>142,1</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	256,03	14,3	13,74	17,86	50/145	53,61
2	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиношка"	42,76	1,36	0,22	8,82	17	1,50
5	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	34,08	1,1	0,19	7	17	1,37
		<b>424,88</b>	<b>16,76</b>	<b>14,15</b>	<b>56,68</b>		<b>83,86</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БМ	230,13	11,17	15,85	9,95	250/40/1	41,81
3	Рыбные палочки из филе минтая БМ	160,7	9,5	7,3	14	95	49,32
4	Кускус с овощами Диета БМ	185,95	5,34	5,6	28,11	160	21,44
5	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиношка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
8	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,3	1,3	0,22	8,28	20	1,59
		<b>767,18</b>	<b>30,15</b>	<b>29,85</b>	<b>92,97</b>		<b>162,24</b>
		<b>1192,06</b>	<b>46,91</b>	<b>44</b>	<b>149,65</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

Зел  
(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.  
(подпись)

Мед. работник

АВТ  
(подпись)

Начальник отдела

Степановичус В.Ю.  
(подпись)



Утверждаю:

Комбинат детского питания "Центральный"

И.Н. Мороз

Согласовано:

Директор



Мороз

### МЕНЮ

на 21 - 22 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	В	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Каша на рисовом молоке овсяная с черникой и яблоком и маслом подсолнечным БМ	174,89	2,35	8,58	22,01	200/2/5	31,21
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	79,62	2,45	0,76	15,76	33	3,44
		<b>474,92</b>	<b>12,32</b>	<b>19,66</b>	<b>62,13</b>		<b>72,28</b>
<b>Обед</b>							
1	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60	24,40
2	Суп гороховый с мясом птицы с гречками и зеленью	248,65	10,86	9,26	28,43	250/10/10/1	20,58
3	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	47,18
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Сок яблоко-виноград для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
7	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,82	0,52	11,08	20	2,57
8	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	96	2,96	0,92	19	40	4,16
		<b>997,5</b>	<b>31,33</b>	<b>24,41</b>	<b>159,41</b>		<b>173,82</b>
		<b>1 472,42</b>	<b>43,65</b>	<b>44,07</b>	<b>221,54</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Скрембл с томатом свежим Диета БМ	236,44	14,9	19,05	1,27	170	47,47
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,61	17,51	170	47,52
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	75,6	2,4	0,39	15,6	30	2,65
5	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
		<b>480,62</b>	<b>19,03</b>	<b>23,39</b>	<b>47,09</b>		<b>116,81</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	216,3	13,84	4,98	28,6	40/130	36,64
4	Сок яблоко-персик для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,98	1,54	0,48	9,89	21	2,17
		<b>560,34</b>	<b>27,15</b>	<b>11,64</b>	<b>86,27</b>		<b>129,29</b>
		<b>1 040,96</b>	<b>46,18</b>	<b>35,03</b>	<b>133,36</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

Зел

(подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.

Ракитина А.С.

(подпись)

Мед. работник

ВБ

(подпись)

Начальник отдела

Степановичус В.Ю.

Степановичус В.Ю.

(подпись)



Утверждаю:

Комбинат для питания "Центральный"

И.Н. *Мороз*



Согласовано:

Директор

Для документа

### МЕНЮ

на 26 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	Витков	Цена
<b>Суббота</b>						
<b>Завтрак</b>						
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5
2	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5
3	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием и молоком диета 9	64,34	3,27	2,5	5,1	200
4	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	35,19	1,18	0,36	6,79	15
5	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	28,4	0,94	0,16	5,82	14
6	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр
		<b>511,87</b>	<b>26,31</b>	<b>26,91</b>	<b>38,77</b>	
						<b>107,70</b>

Шеф-повар

*Бел*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Калькулятор

*Ракитина*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

*Степановичус*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Начальник отдела

*Степановичус*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Степановичус В.Ю.