



Утверждаю:

Аппетитное питание Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н. Марин

Директор



МЕНЮ

на 29 - 30 Января 2024 г. 1-Комплекс Диета сахарный диабет ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Единица измерения	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Сыр российский /порционнo/	36,4	2,32	2,95		10	7,92
2	Каша молочная кукурузная (жидкая) с маслом Диета № 9, безглютена	195,86	5,78	5,71	30,18	180/4	16,41
3	Кофейный напиток с молоком Диета № 9	58,5	3,09	2,52	5,69	200	10,74
4	Молоко питьевое ультрапаст.обогащенное Наша Маша 3,2%, 0,2л	118	5,6	6,4	9,4	1шт/200мл	36,27
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
6	Фрукт апельсин свежий	79,55	1,67	0,37	14,99	185	30,79
		536,91	19,94	18,41	69,76		104,21
Обед							
1	Суп лапша домашняя с филе куриным	104,04	6,16	1,47	16,42	250/10	33,20
2	Салат Витаминный из свежей капусты, морковью с маслом п/ф	61,05	1,3	4,04	4,78	80	6,04
3	Бефстроганов из говядины п/ф Диета № 9	205,23	15,26	15,07	2,14	50/40	76,38
4	Пюре картофельное п/ф Диета № 9	133,27	3,39	3,84	21,16	140	18,87
5	Напиток тёплый из свежих яблок Диета № 9	18,8	0,16	0,16	3,92	200	5,38
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	47,2	1,44	0,45	9,23	19	2,02
		569,59	27,71	25,03	57,65		141,89
		1 106,5	47,65	43,44	127,41	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сыробогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Запеканка из творога*Диета № 9, без глютена	297,75	30,01	17,93	6,21	200	86,08
3	Кисломолочный напиток "Кефир"	106	5,8	5	8	200	17,22
4	Чай с ягодно-яблочной смесью Диета № 9	6,61	0,15	0,06	1,1	200	5,01
5	Хлеб "Московский" ржаной	35,53	1,39	0,25	6,92	19	1,65
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,17	1,41	0,44	9,03	19	1,98
7	Фрукт апельсин свежий	86	1,8	0,4	16,2	200	33,28
		644,16	40,66	31,33	47,6		154,19
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы помидоры)	17,5	0,9	0,15	2,85	50/50	28,15
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	169,45	8,6	8,56	14,47	250	42,78
3	Гречка отварная с овощами п/ф Диета №9	188,91	6,52	4,69	30,09	160	13,39
4	Напиток тёплый из шиповника Диета № 9	45,44	0,54	0,22	7,73	200	4,10
5	Хлеб "Московский" ржаной	32,63	1,27	0,23	6,35	17	1,52
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,17	1,41	0,44	9,03	19	1,97
		500,1	19,24	14,29	70,52		91,91
		1 144,26	59,9	45,62	118,12	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Марин
(подпись)

Технолог

Зубков К.С.
(подпись)

Мед. работник

Грицюк
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)



Утверждаю:

Администрация Комбинат школьного питания

«Центральный»

И.Н. Маршал

Директор



МЕНЮ

на 31 Января - 1 Февраля 2 024 г. 1-Комплекс Диета сахарный диабет 2-го

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Сыр российский /порционно/	36,4	2,32	2,95		10	7,92
2	Плов перловый с говядиной отварной	496,52	22,93	24,89	45,44	260	87,34
3	Кисломолочный напиток "Кефир"	106	5,8	5	8	200	17,22
4	Кофейный напиток с молоком Диета № 9	58,5	3,09	2,52	5,69	200	10,74
5	Хлеб "Московский" ржаной	56,1	2,19	0,39	10,92	30	2,62
		753,52	36,33	35,75	70,05		125,84
Обед							
1	Свекольные слайсы с сыром Адыгейский	109,04	6,69	6,98	4,86	50/30	27,00
2	Суп фасолевый с говядиной п/ф	114,29	4,55	6,42	9,43	250	33,12
3	Филе куриное, запеченное с овощами Диета №9	86,38	9,78	4,26	2,18	60	48,23
4	Макаронные изделия отварные (рожки)	200,98	5,25	3,93	35,83	140	9,93
5	Хлеб "Московский" ржаной	42,72	1,67	0,3	8,32	23	1,98
		553,41	27,94	21,89	60,62		120,26
		1 306,93	64,27	57,64	130,67	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Омлет запеченный натуральный Диета №9	201,87	13,45	15,5	2,13	100	40,19
2	Какао с молоком С Диета № 9	62,1	3,62	2,95	5,1	200	14,55
3	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,74
4	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
5	Фрукт киви свежее	47	0,8	0,4	8,1	100	20,81
		396,97	20,81	19,57	32,11		79,37
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей /огурцы, томаты, перец сладкий/	15,7	0,8	0,11	2,69	30/30/20	28,84
2	Щи из свежей капусты и картофеля	217,96	13,43	9,34	19,83	250	68,32
3	Бефстроганов из свинины (лук п/ф)	206,55	12,49	15,96	2,41	50/40	51,43
4	Гречка отварная Диета №9	240,23	8,78	5,19	39,68	150	10,03
5	Напиток тёплый из шиповника Диета № 9	45,44	0,54	0,22	7,73	200	4,10
6	Хлеб "Московский" ржаной	41,44	1,62	0,29	8,07	22	1,93
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		815,92	39,14	31,57	89,91		166,73
		1 212,89	59,95	51,14	122,02	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

Руды
(подпись)

Технолог

Зубков К.С.
(подпись)

Мед. работник

Х
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк О.М.
(подпись)

Утверждаю:

Акт утверждения меню Комбинат школьного питания

Центральный
И.Н. *Маршал*

Директор



МЕНЮ

на 2 Февраля 2024 г. 1-Комплекс Диета сахарный диабет 2-го типа

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Каша пшеничная молочная с бананом Диета № 9, без глютена	262,73	8,17	7,67	39,91	200/40	31,97
2	Кисломолочный напиток "Кефир"	106	5,8	5	8	200	17,22
3	Кофейный напиток с молоком Диета № 9	58,5	3,09	2,52	5,69	200	10,74
4	Фрукт груша свежая	94	0,8	0,6	20,6	200	53,30
5	Хлеб "Московский" ржаной	28,05	1,1	0,2	5,46	15	1,31
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	43,69	1,33	0,41	8,54	18	1,87
		592,97	20,29	16,4	88,2		116,41
Обед							
1	Овощи свежие порционно (огурцы)	8,8	0,56	0,08	1,52	80	17,63
2	Суп-пюре из тыквы	89,69	2,55	4,73	10,16	200	27,83
3	Котлета мясная /говядина, свинина/* лук п/ф Диета № 9	196,45	14,52	14,7	1,07	90	60,94
4	Пюре картофельное п/ф Диета № 9	114,23	2,91	3,3	18,14	120	16,18
5	Напиток тёплый из свежих яблок Диета № 9	18,8	0,16	0,16	3,92	200	5,38
6	Хлеб "Московский" ржаной	37,4	1,46	0,26	7,28	20	1,73
		465,37	22,16	23,23	42,09		129,69
		1 058,34	42,45	39,63	130,29	Итого за день	246,10

Шеф-Повар

[Signature]
(подпись)

Технолог

Зубков К.С.

(подпись)

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Старший
калькулятор

[Signature]
(подпись)

Грицюк О.М.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358
Владелец Головач Елена Владимировна
Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024