



Утверждаю:

Комбинат детского питания "Центральный"

Гарасова Л.Н. *Garasova*



Директор

МЕНЮ

на 30 Сентября - 1 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	18,06
3	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	185,4	6,1	7,6	22,15	200/2/5	34,03
4	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	Мороженое молочное ванильное с пребиотиком	86,9	1,98	3,41	11,39	1шт/55гр	31,08
		472,98	16,02	22,89	49,06		ε
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
3	Мясо свинины тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	32,84
4	Полба припущенная	178,57	5,17	4,15	30,21	130	17,57
5	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,34
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	66,43	2,22	0,69	12,82	27	2,93
7	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	37,74	2,33	0,48	6,04	17	2,32
		762,02	26,36	28,88	98,19		146,16
		1 235	42,38	51,77	147,25	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 01.10	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
2	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
4	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
5	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	2,73
6	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
7	Блинчики мини	69,92	1,48	2,69	9,67	42	13,22
		475,45	15	13,51	73,53		74,01
Обед							
1	Хрустящая тыква 15 гр.	67,89	0,59	1,95	12	15	35,75
2	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	204,93	8,28	11,04	18,22	250/20/5/1	48,22
3	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
4	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,97	1,64	0,53	11,19	20	2,60
6	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	43,75	2,7	0,55	7	20	2,70
		807,54	26,84	50,78	101,94		172,09
		1 282,99	41,84	64,29	175,47	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Garasova
(подпись)

Старший калькулятор

Bogomolova
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Начальник отдела

[Signature]
(подпись)

Степонавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор Комбината детского питания "Центральный"

П.Н. Гарасова *Garasova P.N.*

Директор



МЕНЮ

на 2 - 3 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
3	Какао-напиток молочный с витамином С	91,7	4,32	3,45	9,98	200	18,70
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиночка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
5	Батончик фруктовый натуральный "Банан-Чиа-Подсолнечник"	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
6	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
		474,76	10,82	18,68	63,98		123,98
Обед							
1	Морковные палочки свежие 80гр	26,96	1,04	0,08	5,52	80	33,02
2	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	170,67	6,83	11,58	9,34	250/20/10/0,5 з	29,39
3	Запеканка картофельная с рыбой	209,07	13,72	5,1	26,94	180	53,16
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиночка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
6	Хлеб ржаной "Московский"	28,34	1,11	0,2	5,52	15	1,32
		539,66	24,52	17,2	71,07		122,12
		1 014,42	35,34	35,88	135,05	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Плов с мясом (свинина)	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	96,8	3,24	1	18,68	40	4,26
4	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
5	Батончик фруктовый натуральный "Финики-Кокос"	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
6	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,78
		652,53	24,32	23,39	86,37		93,18
Обед							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
2	Суп-лапша с курицей и зеленью	237,58	10,7	12,21	20,93	250/20/1	28,05
3	Котлетка мясная с маслом сливочным	45,7	0,05	5,02	0,07	90/5	58,32
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	77,19	2,58	0,8	14,89	32	3,40
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		522,58	18,27	20,02	66,44		152,92
		1 175,11	42,59	43,41	152,81	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Garasova P.N.
(подпись)

Старший
калькулятор

Bogomolova E.N.
(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

[Signature]
(подпись)

Начальник отдела

Steponavichus V.Yu.
(подпись) Степонавичус В.Ю.



Утверждаю:

АО Комбинат детского питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 4 - 5 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
3	Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным 01.10	189,37	6,46	8,23	21,34	200/2/5	31,45
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,09
		474,71	15,64	22	52,98		84,26
Обед							
1	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	57,15
2	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Каша гречневая с тушеной говядиной и овощами	281,82	13,84	12,26	28,6	40/130	58,34
4	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	Хлеб пшеничный "Изобилие"	110,8	3,24	1,04	22,16	40	5,15
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,62	1,53	0,48	9,82	21	2,15
		637	28,95	19,82	84,74		161,84
		1 111,71	44,59	41,82	137,72	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
2	Джем клубничный Махеев	54,4			13,6	20	9,18
3	Кофейный напиток "Курзуме"с цикорием и молоком	98,94	3,87	3	11,88	200	14,69
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
5	Панкейки	176,24	4,22	5,25	28,03	70	25,05
		598,46	25,33	24,57	66,45		94,05
Обед							
1	Оп	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	Су го мясом	217,18	8,92	10,62	21,2	250/20/1	50,16
3	За Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358 Владелец Головачек Елена Владимировна Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024	232,3	15,24	5,66	29,93	200	59,06
4	Со ый для детей тм Сады природы зл	92			23	200	17,91
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	37,16	1,23	0,2	7,62	19	1,57
		641,04	27,51	16,83	94,65		152,05
		1 239,5	52,84	41,4	161,1	Итого за день	246,10

Шеф-повар

И.Н. Гарасова
(подпись)

Мед. работник

И.Н. Гарасова
(подпись)

Старший
калькулятор

Е.Н. Богомолова
(подпись) Богомолова Е.Н.

Начальник отдела

В.Ю. Степонавичус
(подпись) Степонавичус В.Ю.