



Утвержден

АО Комбинат школьного питания "Центральный"  
Тарасова И.Н. *Masall*

Директор

**МЕНЮ**

на 21 - 25 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001742	Каша молочная овсяная с черникой и яблоком и маслом сливочным	181,19	6,41	8,19	19,42	200/2/5	29,74
2	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
3	002040	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	53,54	1,65	0,51	10,6	22	2,32
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
7	000174	Панкейки мини	183,03	3,02	4,24	30,02	75	26,97
			605,73	11,55	13,34	105,08		107,70
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001955	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	59,52
3	001347	Овощи тушеные	47,89	2,29	1,13	7,03	130	13,14
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	001655	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,46	1,6	0,26	10,41	20	1,76
			524,03	17,29	23,98	60,37		107,70
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	001674	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	251,7	12,15	12,77	21,38	40/160	49,00
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	24,06	0,77	0,13	4,94	12	0,97
			433,27	14,96	15,7	57,33		107,70
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001323	Томаты Черри свежие	9	0,44	0,1	1,35	50	35,72
2	002083	Котлета из минтая	262,55	16,45	19,06	6,3	90	52,25
3	001330	Рис припущенный	190,79	3,44	3,87	34,67	140	14,20
4	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	69,56	2,21	0,36	14,35	28	2,44
			550,29	22,6	23,4	60,88		107,70
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002130	Тефтели мясные *	211,58	11,13	12,54	13,56	90	37,86
2	001873	Пюре картофельное	152,62	3,65	4,52	24,08	165	23,94
3	000164	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
4	001564	Молоко ванильное с цикорием "Ванильный Латте" 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	63,34	2,12	0,65	12,22	26	2,79
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
7	000053	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
			628,35	21,78	22,04	84,17		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись)

Грицок О.М.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

(подпись)

Степанавичус В.Ю.





Утверждаю.

Директор школьного питания "Центральный"  
Тарасова И.Н. *Masell*

Директор



## МЕНЮ

на 21 - 25 Октября 2024 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000036	Сыр плавленный "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	386,48	13,54	35,9	43,56	180/4	76,96
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	49,15	1,52	0,47	9,73	20	2,13
			<b>572</b>	<b>18,76</b>	<b>41,7</b>	<b>71,51</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001422	Капуста морская Нори Original 3гр	16,5	0,44	1,34	0,69	3	52,00
2	001987	Шурпа по-домашнему	275,86	12,18	16,12	19,7	40/200	49,06
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	41,08	1,27	0,39	8,13	17	1,78
			<b>402,23</b>	<b>15,55</b>	<b>18,12</b>	<b>43,13</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	11,25
2	001355	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
3	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	74,92	2,51	0,77	14,46	31	3,30
5	000053	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-chia-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			<b>415,15</b>	<b>7,65</b>	<b>15,78</b>	<b>59,62</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
3	001345	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50	38,21
4	001321	Пюре картофельное	154,05	3,55	5,04	23,37	160	24,34
5	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,32	1,5	0,24	9,76	19	1,66
8	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	20,2	0,65	0,11	4,15	10	0,81
			<b>584,77</b>	<b>17,88</b>	<b>29,71</b>	<b>59,36</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002083	Котлета из минтая	262,55	16,45	19,06	6,3	90	52,25
2	001330	Рис припущенный	204,42	3,68	4,14	37,14	150	15,21
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48,05	1,59	0,26	9,85	24	2,03
5	000122	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/ 7гр	10,06
6	000174	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50	17,98
			<b>723,94</b>	<b>24,96</b>	<b>27,6</b>	<b>91,07</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

\_\_\_\_\_ (подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_ (подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицюк О.М.*  
\_\_\_\_\_ (подпись)

Грицюк О.М.

Начальник отдела

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

Степонавичус В.Ю.





утверждаю.

АО Комбинат Центрального питания "Центральный"

Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



# МЕНЮ

на 21 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</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	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
3	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	10,5	0,9		1,8	30	12,83
4	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
5	Огурцы свежие (порционнo)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
6	Помидоры свежие (порционнo)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
7	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
8	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/	27,47
9	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
10	Жаркое "По-домашнему" со свинойной" БГ	239,37	11,96	12,58	18,82	40/145	45,66
11	Курица отварная	277,2	23,56	20,29		100	41,36
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	404,02	13,93	37,64	44,78	180/5	80,36
14	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
15	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
16	Каша гречневая вязкая отварная с маслом растительным	229	6,5	7,24	34	200	5,93
17	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
18	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
19	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
20	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
21	Картофельные дольки запеченные	135,04	3,25	1,76	26,47	145	17,89
22	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
23	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
24	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
25	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
26	Напиток кокосовый на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
27	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
28	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
29	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
30	Компот Фрутоня в инд. уп. 200мл	88			22	1шт/200 мл	49,42
31	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
32	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
33	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
34	Сок грушевый осветленный ТМ "Агуша" в инд. уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	47,52
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
36	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
37	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
38	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
39	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
40	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40



41	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
42	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
43	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
44	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
45	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
46	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,29
47	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
48	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	50,31
49	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
50	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
51	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
52	Пастила фруктовая натуральная	47,5	0,35		11	1шт/25гр	27,08
53	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
54	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
55	Печенье с начинкой "Двойная радость" для детского питания 50гр.	235	2,5	11	31,5	1шт/50гр	35,75
56	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
57	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	48,23
58	Шоколад с вафлями "Левушка детям"	148,5	1,65	8,8	15,68	1шт/27,5гр	29,32
59	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
60	Панкейки	176,24	4,22	5,25	28,03	70	25,05
		6 717,84	202,32	273,78	935,78		1 636,00

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

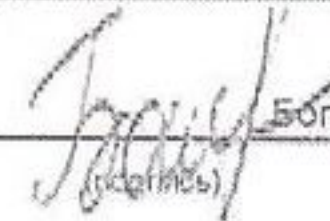
(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_

(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела



Степановичус В.Ю.





утверждаю:

Директор Центрального

И.Н. Марда

Директор



## МЕНЮ

на 22 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
3	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
4	Салат "Витаминный" из свежей капусты	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
5	Суп картофельный с макаронными изделиями с филе куриным БГ	156,8	5,3	5,37	21,73	180/20	33,27
6	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
7	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	253,81	15,1	5,62	35,2	40/160	38,36
8	Шурпа по-домашнему	275,86	12,18	16,12	19,7	40/200	49,06
9	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	59,52
10	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	391,23	13,65	36,39	43,98	180/5	73,39
11	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	404,02	13,93	37,64	44,78	180/5	80,36
12	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
13	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
14	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
15	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5	37,74
18	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
19	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ,ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
20	Макаронные изделия отварные (безглютеновый гречневый рожок) диета БГ Диета 9	213,73	3,43	4,16	41,34	150	71,70
21	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
22	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
23	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50	15,96
24	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
25	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
26	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
27	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
28	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
29	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
30	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
31	Йогурт клубника-земляника питьевой 80г.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
32	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
33	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
34	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
35	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
36	Сок грушевый осветленный ТМ"Агуша" в инд.уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	47,52
37	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
38	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
39	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
40	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
41	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
42	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
43	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00



44	Хлеб без глютена "Темный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
45	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
46	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
47	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
48	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
49	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
50	Печенье Орео 38 гр	179,74	2,13	7,22	26,6	38	43,67
51	Печенье сахарное в инд уп	84	1,2	3	13,2	1шт/20гр	40,38
52	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
53	Хлебцы рисовые Агуша с грушевым соком	87	1,41	0,21	19,8	1шт/30гр	59,55
54	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
55	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
56	Чак-чак с настоящим медом 45гр	207	2,21	14,13	18,14	1шт/45 гр	39,66
57	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,76
		7 126,44	223,88	294,37	974,03		2 047,97

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

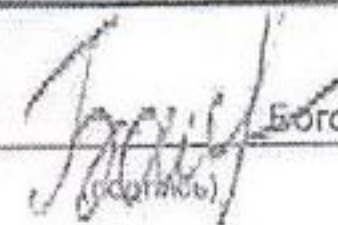
(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_

(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела



Степановичус В.Ю.

(подпись)





утверждаю:

Директор Центрального

Г.Н. Гарасова И.Н. *Масал*

Директор



## МЕНЮ

на 23 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
<b>Завтрак</b>							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	17,5	1,5		3	50	21,39
3	Капуста морская Нори Original 4,5гр	24,75	0,66	2	1,04	4,5	62,40
4	Кукуруза консервированная (после терм. обр)	25	1		5,5	50	25,78
5	Филе грудки куриное отварное	105,41	16,47	4,39		90	57,27
6	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
8	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и грёнками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
9	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20	16,05
10	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	251,71	12,15	12,77	21,38	40/160	49,00
11	Жаркое "По-домашнему" со свининой" БГ	250,05	12,22	12,78	20,77	40/160	47,33
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	404,02	13,93	37,64	44,78	180/5	80,36
14	Запеканка из творога	161,44	3,82	5,76	23,22	150	68,79
15	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
16	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
17	Каша кукурузная на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,09	6,41	24,1	200/5	36,07
18	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	199,78	6,09	7,39	25,84	200/5	23,35
19	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	182,18	6,09	7,39	21,44	200/5	22,79
20	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
21	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
22	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
23	Картофель отварной БМ	158,47	2,99	5,42	24,34	145	17,41
24	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50	13,34
25	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
26	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
27	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	5,40
28	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
29	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
30	Цикорий диета на кокосовом молоке без сахара	48,8	0,7	1,8	7,5	200	18,58
31	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
32	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
33	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
34	Вода питьевая					1шт/250мл	30,23
35	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
36	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
37	Молочный коктейль (шоколад)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
38	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
39	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
40	Сок мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04



41	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
42	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
43	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
44	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
45	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
46	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
47	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
48	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
49	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
50	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
51	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
52	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	50,31
53	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
54	Пастилки фрукилки ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
55	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1шт/30гр	31,71
56	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
57	Фруктовая лента KIDS ТМ Правильные сладости	51			12,6	1шт/15 гр	27,46
58	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
59	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,75
		6 273,29	190,53	238,41	909,33		1 918,10

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

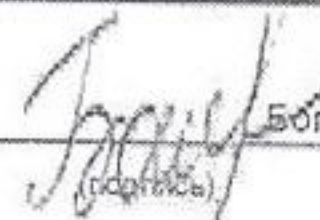
(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_

(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела



Степановичус В.Ю.

(подпись)





утверждаю:

Директор Центрального

П.Н. Маслов

Директор



## МЕНЮ

на 24 Октября 2 024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Четверг							
<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	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
4	Масло подсолнечное 10гр в инд. уп.	90		9,99		1шт/10 гр	5,92
5	Томаты Черри свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80	57,15
6	Филе грудки куриное отварное	105,41	16,47	4,39		90	57,27
7	Нарезка из свежих овощей (помидоры, огурцы, перец сладкий) с маслом и зеленью	63,73	0,82	5,17	3,44	35/35/25/5	44,60
8	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
9	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
10	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
11	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины и зеленью БМ БГ	165,84	7,76	10,36	10,22	250/20/1	45,94
12	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/	32,06
13	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	221,99	11,93	11,08	17,86	40/145	46,22
14	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским Диета БГ	174,54	10,17	12,6	4,58	40/50	40,26
15	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
16	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
17	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
18	Рыбные палочки из филе минтая БМ	160,7	9,5	7,3	14	95	49,32
19	Каша безлактозная ячневая с маслом	210,38	5,94	9,36	24,44	200/5	30,55
20	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	169,22	5,99	7,09	19,05	200/5	20,82
21	Каша ячневая на рисовом молоке	182,27	2,29	7,57	25,85	200/5	22,27
22	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
23	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
24	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
25	Пюре картофельное	154,05	3,55	5,04	23,37	160	24,34
26	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
27	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
28	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
29	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
30	Чай гречишный	0,01				200	0,63
31	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
32	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
33	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
34	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
35	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
36	Молоко ванильное с цикорием "Ванильный Латте" 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
37	Молочный коктейль (шоколад)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
38	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
39	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
40	Сок мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
41	Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
42	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06



43	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
44	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
45	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
46	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
47	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
48	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
49	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
50	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,29
51	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
52	Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
53	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
54	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
55	Рисовые мини хлебцы с яблочным соком 30гр	99	2,1	0,6	20,1	1шт/30гр	31,71
56	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
57	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	20,02
58	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
59	Хлебцы цельнозерновые Молочный шоколад 34гр.	170	2,21	6,8	22,1	1шт/34гр	49,50
60	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,62	5	10,09
61	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
62	Панкейки	176,24	4,22	5,25	28,03	70	25,00
		6 077,51	195,83	250,8	784,61		1 717,54

Шеф-повар

\_\_\_\_\_

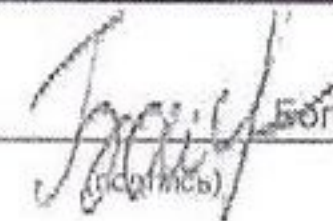
(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_

(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела



Степановичус В.Ю.

(подпись)





утверждаю:

Генеральный директор питания "Центральный"

Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



# МЕНЮ

на 25 Октября 2024 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Зелёный горошек консервиров.(терм. обр)	14	1,2		2,4	40	17,11
3	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
4	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
5	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
6	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	22,84
7	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20	16,05
8	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40	40,95
9	Тефтели мясные *	211,58	11,13	12,54	13,56	90	37,86
10	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
11	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	387	13,5	36	43,5	183	72,59
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	404,02	13,93	37,64	44,78	180/5	80,36
13	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
14	Рыбные палочки из филе минтая БМ	160,7	9,5	7,3	14	95	49,32
15	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5	37,65
16	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным диета 9	190,63	6,2	7,19	24,74	170/30/5	32,49
17	Каша пшённая с бананом на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	179,19	3,09	6,32	27,7	160/40/5	47,64
18	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
19	Кукуруза бланшированная	17,6	0,8		3,6	40	17,27
20	Овощи припущенные (рагу овощное)	142,66	3,14	3,76	23,86	160	20,31
21	Пюре картофельное	154,05	3,55	5,04	23,37	160	24,34
22	Рис припущенный Диета БМ	187,47	3,15	4,78	32,13	130	8,66
23	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
24	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200	8,80
25	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
26	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
27	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
28	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
29	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд.уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
30	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
31	Молоко ванильное с цикорием "Ванильный Латте" 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
32	Морс ФрутоНяня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	47,92
33	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
34	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
35	Сок мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
36	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
37	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
38	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
39	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	28,15
40	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
41	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78



№	Наименование	40,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
43	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
44	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
45	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
46	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,29
47	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	17,30
48	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	50,31
49	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
50	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
51	Печенье "Шакер-Чурек" в инд. упаковке 50 г.	255	2,85	12,95	31,85	1шт/50гр	18,20
52	Печенье затяжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,06
53	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
54	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
55	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	20,02
56	Хлебцы цельнозерновые Молочный шоколад 34гр.	170	2,21	6,8	22,1	1шт/34гр	49,50
57	Шоколад с вафлями "Левушка детям"	148,5	1,65	8,8	15,68	1шт/27,5гр	29,32
58	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50	17,99
		6 268,28	196,07	269,63	841,11		1 636,23

Шеф-повар

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Старший  
калькулятор

\_\_\_\_\_  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Начальник отдела

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358  
Владелец Головач Елена Владимировна  
Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024