



Комбинат диетического питания "Центральный"

Гайдарова Л.Н. *Марелл*

Директор



### МЕНЮ

на 23 - 24 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	48,43	3,89	3,65		17/14,5	18,84
2	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	183,8	6,1	7,6	21,75	200/2/5	33,97
3	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	118,4	4,48	4	17,6	2шт/80 мл	36,61
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	48,75	1,55	0,25	10,06	19	1,71
6	Зефир восточный с яблоком	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	22,26
		<b>515,49</b>	<b>16,45</b>	<b>15,5</b>	<b>84,24</b>		<b>113,73</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	43,24	1,03	3,05	2,49	60	10,34
2	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	37,05
3	Жаркое "По-домашнему" со свининой п/ф	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	63,53
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	39,4	1,3	0,22	8,08	20	1,66
		<b>710,91</b>	<b>29</b>	<b>31,3</b>	<b>76,21</b>		<b>132,37</b>
		<b>1 226,4</b>	<b>45,45</b>	<b>46,8</b>	<b>160,45</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</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	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
5	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/ 7гр	10,01
		<b>499,55</b>	<b>28,12</b>	<b>19,53</b>	<b>50,8</b>		<b>110,80</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1	46,72
3	Плов из филе куриного	209,22	11,44	4,64	31,52	40/150	40,76
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	31,62	0,97	0,3	6,26	13	1,37
		<b>545,08</b>	<b>26,22</b>	<b>11,03</b>	<b>86,36</b>		<b>135,30</b>
		<b>1 044,63</b>	<b>54,34</b>	<b>30,56</b>	<b>137,16</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Paul*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Мед. работник

*L*  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Старший калькулятор

*Bohomolova E.N.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Начальник отдела безопасности

*Steponavichus V.I.O.*  
\_\_\_\_\_  
(подпись) Степонавичус В.Ю.



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

Директор



### МЕНЮ

на 25 - 26 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	190,01	6,68	7,4	23,86	200/5	22,67
2	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием и молоком	98,94	3,87	3	11,88	200	14,69
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-chia-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	24,60
5	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,76
		<b>490,35</b>	<b>17,09</b>	<b>15,81</b>	<b>66,32</b>		<b>80,85</b>
<b>Обед</b>							
1	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
2	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	214,83	7,25	10,54	22,43	250/10	41,74
3	Гуляш из говядины п/ф	187,24	13,64	13,3	3,34	45/50	75,73
4	Пюре картофельное	147,99	3,54	4,38	23,35	160	23,21
5	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	57,84	1,94	0,6	11,16	24	2,55
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>774,37</b>	<b>29,79</b>	<b>33,48</b>	<b>87,25</b>		<b>165,25</b>
		<b>1 264,72</b>	<b>46,88</b>	<b>49,29</b>	<b>153,57</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</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	Запеканка картофельная мясная п/ф	195,69	4,21	5,6	31,95	40/160	62,31
4	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	14,30
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,50
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,93
		<b>446,11</b>	<b>11,05</b>	<b>19</b>	<b>57,35</b>		<b>103,33</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы )	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом и зеленью п/ф	122,17	4,03	7,9	8,5	250/10/1	19,05
3	Рыбные палочки из филе минтая	165,74	10,19	7,1	15,01	95	54,84
4	Булгур припущенный	158,16	4,24	3,66	26,66	130	16,10
5	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	53,68	1,7	0,28	11,08	21	1,88
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
8	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
		<b>672,14</b>	<b>23,6</b>	<b>23,25</b>	<b>90,2</b>		<b>142,77</b>
		<b>1 118,25</b>	<b>34,65</b>	<b>42,25</b>	<b>147,55</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*Вели*  
 (подпись)

Старший калькулятор

*Богомолова Е.Н.*  
 (подпись)

Мед. работник

\_\_\_\_\_  
 (подпись)

Начальник отдела безопасности

*Степановичус В.Ю.*  
 (подпись)



Комбинат детского питания "Центральный"

Г.И.Н. Марсели

Директор



# МЕНЮ

на 27 Декабря 2024 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
<b>Завтрак</b>							
1	Печенье сдобное "Листик"	156,36	2,28	8,29	18,16	25	5,39
2	Сырники из творога с малиновой начинкой	118,98	7,44	4,74	11,64	60	62,11
3	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	23,05
4	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>521,53</b>	<b>18,01</b>	<b>21,35</b>	<b>63,61</b>		<b>93,26</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 "Белорусская"	205,21	12,16	12,77	10,4	90	46,35
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Сок мультифрукт для детей 200мл ТМ "Сады Придонья"	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	62,43	1,98	0,32	12,88	25	2,19
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		<b>647,2</b>	<b>22,71</b>	<b>28,92</b>	<b>85,36</b>		<b>152,84</b>
		<b>1 168,73</b>	<b>40,72</b>	<b>50,27</b>	<b>148,97</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

[Signature]  
(подпись)

Старший  
калькулятор

[Signature]  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

[Signature]  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

[Signature]  
(подпись) Степанавичус В.Ю.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431  
 Владелец Головач Елена Владимировна  
 Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025