



Утверждаю:

Директор АО Комбинат школьного питания "Центральный"  
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



## МЕНЮ

на 27 - 31 Января 2 025 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	001720	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	205,86	6,99	8,19	24,88	230/2/5	37,76
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	44,79	1,68	0,65	7,78	19	2,80
5	000117	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
6	002232	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60	29,76
			<b>548,74</b>	<b>15,55</b>	<b>17,39</b>	<b>79,68</b>		<b>107,70</b>
<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	001956	Чахохбили из филе куриного с томатами	105,21	11,15	4,67	4,56	50/50	49,08
3	001169	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	001729	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд.уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	37,11	1,39	0,54	6,44	16	2,32
			<b>507,36</b>	<b>19,98</b>	<b>18,71</b>	<b>65,38</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	002195	Мясо тушеное с овощами (свинина) п/ф	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40	47,40
3	001873	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145	21,03
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	44,31	1,37	0,42	8,77	18	1,92
6	001512	Печенье затыжное Мария 22 г. в инд. уп.	87,56	1,76	1,89	16,72	1шт/22гр	7,07
			<b>487,3</b>	<b>19,48</b>	<b>21,31</b>	<b>54,25</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	002524	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
3	001252	Плов овощной	206,12	4,15	3,46	41,02	150	16,90
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	64,49	2,16	0,67	12,45	27	2,84
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
			<b>603,57</b>	<b>18,64</b>	<b>24,28</b>	<b>79,05</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	106,92	5,71	4,16	11,63	22/14,5	18,69
2	002595	Шурпа по-домашнему п/ф (дольки)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160	54,81
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
4	000046	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,03
			<b>551,28</b>	<b>19,94</b>	<b>26,65</b>	<b>56,71</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

*И.Н. Гарасова*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*Грицюк О.М.*  
(подпись)

Мед. работник

*И.Н. Гарасова*  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

*Степанавичус В.Ю.*  
(подпись)





Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"  
Завасова И.Н. *И.Н. Завасова*

Директор



## МЕНЮ

на 27 - 31 Января 2 025 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Единица	Цены
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000036	Сыр плавленый "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	001503	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
2	002298	Котлета "По-домашнему"	192,73	11,42	12,65	8,29	90	38,70
3	001317	Картофельные шарики запеченные	149,01	3,58	1,94	29,21	160	20,60
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	46,31	1,55	0,48	8,94	19	2,04
6	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5 гр	16,08
			<b>481,94</b>	<b>18,45</b>	<b>18,57</b>	<b>59,77</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	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	54,23	1,67	0,52	10,73	23	2,35
6	001018	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
			<b>506,14</b>	<b>27,23</b>	<b>18,69</b>	<b>55,33</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002008	Капуста свежая с маслом	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
2	001337	Поджарка из мяса (свинина) п/ф	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	52,17
3	001982	Картофельные шарики отварные	162,18	3,35	4,52	26,94	160	25,31
4	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
5	000074	Фрукт яблоко свежее	37,6	0,38	0,32	7,84	80	11,65
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	52,9	1,77	0,55	10,21	22	2,33
			<b>569,85</b>	<b>18,83</b>	<b>24,61</b>	<b>67,19</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002524	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
2	001252	Плов овощной	192,38	3,87	3,23	38,29	140	15,77
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23	2,39
5	000256	Блинчики с вишней	225,74	3,22	6,75	39,23	80	39,96
			<b>756,76</b>	<b>21,43</b>	<b>28,41</b>	<b>106,77</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

*И.Н. Завасова*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*О.М. Грицок*  
(подпись) Грицок О.М.

Мед. работник

*В.Ю. Степановичус*  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

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





Утверждаю:

Комбинат детского питания "Центральный"

И.Н. Мисурин

Директор

Согласовано:

Средняя общеобразовательная школа № 88 города Томска

Муниципальное бюджетное учреждение "Средняя общеобразовательная школа № 88 города Томска"

## МЕНЮ

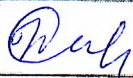
на 27 Января 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У		
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное безлактозное порционно	66,2	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	20,71
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	Горошек зеленый бланшированный	30,8	2,09	0,16	5,45	40	10,75
5	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
6	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
8	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
9	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью БГ*	222,16	12,15	12,26	15,38	250/20/1	28,82
10	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью*	227,22	12,36	12,28	16,42	250/20/1	30,60
11	Жаркое "По-домашнему" со свининой п/ф	289,35	14,63	15,52	21,95	50/160	64,80
12	Поджарка из мяса (свинина п/ф) БГ	208,31	11,7	14,95	5,88	45/45	51,00
13	Курица отварная	277,2	23,56	20,29		100	41,36
14	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	64,65
15	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
17	Каша гречневая вязкая отварная с маслом растительным	229	6,5	7,24	34	200	5,93
18	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	205,86	6,99	8,19	24,88	230/2/5	37,76
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 кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
21	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
22	Картофель отварной БМ	163,93	3,09	5,61	25,18	150	18,01
23	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50	15,96
24	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
25	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
26	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
27	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
28	Напиток кокосовый на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
29	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
30	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
31	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд. уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
32	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
33	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
34	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
35	Сок грушевый осветленный ТМ "Агуша" в инд. уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	47,52
36	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
37	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
38	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
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	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
43	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
44	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
45	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
46	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
47	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,78	1шт/20 гр	17,29
48	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	16,08
49	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	50,31
50	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	38,87
51	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
52	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
53	Пастила фруктовая натуральная	47,5	0,35		11	1шт/25гр	27,08
54	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	29,91
55	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
56	Печенье с начинкой "TWIN PIX" для детского питания 50гр.	235	2,75	10,5	32	1шт/50гр	38,87
57	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
58	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	48,23
59	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,62	5	10,09
60	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
61	Блинчики с яблоком	225,74	3,22	6,75	39,23	80	35,87
		<b>6 855,45</b>	<b>210,99</b>	<b>277,02</b>	<b>913,16</b>		<b>1 661,23</b>

Шеф-повар



(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Начальник отдела  
безопасности



Степановичус В.Ю.

(подпись)





Утверждаю:

Комбинат детского питания "Центральный"

Григорова Л.Н.

*Л.Н. Григорова*

Директор

Составлено:

Средняя

Муниципальная общеобразовательная

школа № 88

города Тюмени

Тюменская область

## МЕНЮ

на 28 Января 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Единица	Цена
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Морковные палочки свежие 70гр	23,59	0,91	0,07	4,83	70	29,94
3	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
4	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
5	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
6	Салат "Витаминный" из свежей капусты	64,85	1,48	4,16	5,22	80	6,07
7	Суп картофельный с макаронными изделиями с филе куриным БГ	156,8	5,3	5,37	21,73	180/20	33,27
8	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1	46,72
9	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	52,36
10	Котлета "По-домашнему"	192,73	11,42	12,65	8,29	90	38,70
11	Каша гречневая с тушеным мясом птицы	253,81	15,1	5,62	35,2	40/160	38,36
12	Чахохбили из филе куриного с томатами	105,21	11,15	4,67	4,56	50/50	49,08
13	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86
14	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
15	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	150	72,93
16	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150	130,52
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
18	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	127,79	2,62	4,19	20,53	200/5	37,74
19	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
20	Макаронные изделия отварные (Безбелковые макаронные рисовый рожок) диета БМ, БГ, ФКУ	228,85	1,29	5,32	43,95	150	45,74
21	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
22	Картофельные шарики запеченные	149,01	3,58	1,94	29,21	160	20,60
23	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150	19,04
24	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50	15,96
25	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150	9,99
26	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
27	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
28	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
29	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
30	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
31	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
32	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
33	Йогурт яблоко+тархун питьевой 80гр в инд.уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
34	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
35	Молочный коктейль (шоколад)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
36	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
37	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	54,46
38	Сок грушевый осветленный ТМ"Агуша" в инд.уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	47,52
39	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
40	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
41	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
42	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
43	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
44	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78



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 "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
48	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,94
49	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63
50	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	16,08
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	Печенье сахарное в инд уп	84	1,2	3	13,2	1шт/20гр	40,38
56	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
57	Хлебцы рисовые Агуша с грушевым соком	87	1,41	0,21	19,8	1шт/30гр	59,55
58	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
59	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	43,52
60	Чак-чак с настоящим медом 45гр	207	2,21	14,13	18,14	1шт/45 гр	39,66
61	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
62	Блинчики с яблоком	225,74	3,22	6,75	39,23	80	35,88
		<b>6 667,83</b>	<b>253,56</b>	<b>215,21</b>	<b>923,17</b>		<b>1 987,17</b>

Шеф-повар



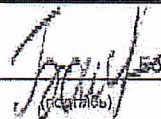
(подпись)

Мед. работник



(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Начальник отдела  
безопасности



Степановичус В.Ю.

(подпись)





Утверждаю:

И.Н. Мараев

Директор



## МЕНЮ


на 29 Января 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Кал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Филе грудки куриное отварное	105,41	16,47	4,39		90	57,27
3	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
4	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
5	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
6	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
7	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с грёнками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10	41,73
8	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и грёнками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
9	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40	48,99
10	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
11	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
13	Запеканка из творога	306,44	24,82	10,76	26,22	150	68,79
14	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	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	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	49,52
18	Каша кукурузная на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	107,98	1,89	3,89	15,98	200/5	36,07
19	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5	23,30
20	Каша на рисовом молоке кукурузная с маслом Диета БМ БГ	137,64	1,84	5,26	20,35	200/5	30,94
21	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
22	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
23	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
24	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50	21,59
25	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50	13,34
26	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145	21,03
27	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150	9,99
28	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
29	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
30	Напиток кокосовый на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
31	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр	55,64
32	Цикорий диета на кокосовом молоке без сахара	48,8	0,7	1,8	7,5	200	18,58
33	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
34	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
35	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
36	Вода питьевая					1шт/250мл	30,23
37	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
38	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	37,57
39	Молочный коктейль (банан)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
40	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82



41	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1 шт/90 гр	54,46
42	Сок мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1 шт/200 мл	27,04
43	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	50,31
44	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
45	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
46	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
47	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
48	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
49	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
50	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
51	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
52	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1 шт/25 гр	27,63
53	Батончик фруктовый "Успел списать" (финики-кокос)	128,4	1,77	6,33	15,45	1 шт/30 гр	24,02
54	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1 шт/50гр	50,31
55	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1 шт/ 7гр	5,01
56	Пастилки фрукилки ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1 шт/15гр	29,91
57	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1 шт/30гр	31,71
58	Сахар в инд уп	20			5	1 шт/5гр	1,11
59	Фруктовая лента KIDS ТМ Правильные сладости	51			12,6	1 шт/15 гр	27,46
60	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1 шт/27гр	43,52
61	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,74
		7 176,8	262,83	300,44	919,9		2 039,19

Шеф-повар


  
(подпись)

Старший  
калькулятор

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

  
(подпись)

Степанавичус В.Ю.





Утверждаю:

АО Комбинат детского питания, "Центральный"

И.Н. Маслов

Директор



## МЕНЮ

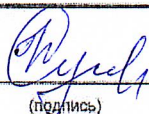
на 30 Января 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Единица	Цена
<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	40,75	1,47	3,26	1,47	1шт/16,25	9,71
3	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
4	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
5	Капуста морская Нори Original 3гр	16,5	0,44	1,34	0,69	3	52,00
6	Масло подсолнечное 10гр в инд. уп.	90		9,99		1шт/10 гр	6,11
7	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
8	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
9	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
10	Щи из свежей капусты и картофеля с зеленью	88,13	1,66	5,24	8,5	250	10,17
11	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1	31,68
12	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа (свинина пф) (дольки)	230,86	12,18	11,12	19,7	40/160	53,86
13	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
15	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100	72,31
16	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
18	Каша безлактозная ячневая с маслом	210,38	5,94	9,36	24,44	200/5	30,55
19	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	175,7	6,36	7,4	19,53	200/5	22,10
20	Каша ячневая на рисовом молоке	131,16	2,11	5,27	18,44	200/5	22,27
21	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150	37,10
22	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
23	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27
24	Картофель отварной БМ	174,86	3,3	5,98	26,86	160	19,21
25	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40	17,27
26	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150	9,99
27	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
28	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
29	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	49,79
30	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
31	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
32	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
33	Вода питьевая					1шт/500мл	32,18
34	Компот Фрутоняня в инд. уп. 200мл	88			22	1шт/200 мл	49,42
35	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	43,55
36	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 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-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	18,72
42	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
43	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	15,33




44	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	6,52	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 "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
48	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
49	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	37,63
50	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,29
51	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,02
52	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
53	Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	12,08
54	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	5,01
55	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	78,90
56	Рисовые мини хлебцы с яблочным соком 30гр	99	2,1	0,6	20,1	1шт/30гр	31,71
57	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
58	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Corner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	20,02
59	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	48,23
60	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр	41,42
61	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,62	5	10,09
62	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
63	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50	22,05
		<b>6 171,93</b>	<b>184,6</b>	<b>254,53</b>	<b>812,42</b>		<b>1 683,79</b>

Шеф-повар

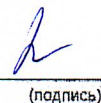
  
(подпись)

Старший  
калькулятор

  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

  
(подпись)

Начальник отдела  
безопасности

  
(подпись)

Степановичус В.Ю.





Утверждаю:

Комбината школьного питания "Центральный"

Исцова Л.Н. *Исцова Л.Н.*

Директор



## МЕНЮ

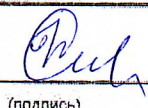
на 31 Января 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
<b>Завтрак</b>							
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06
2	Горошек зеленый бланшированный	30,8	2,09	0,16	5,45	40	10,75
3	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
4	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
5	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
6	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
7	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	23,82
8	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1	33,87
9	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	52,36
10	Котлета "По-домашнему"	192,73	11,42	12,65	8,29	90	38,70
11	Шурпа по-домашнему п/ф (дольки)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160	54,81
12	Курица отварная	277,2	23,56	20,29		100	41,36
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5	72,97
14	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	78,19
15	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
16	Каша безлактозная пшеничная с маслом	216,87	6,39	9,82	25,22	200/5	30,99
17	Каша молочная геркулесовая с черникой и яблоком и маслом сливочным диета 9	173,37	6,46	8,23	17,34	200/2/5	30,94
18	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
19	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
20	Картофель отварной БМ	163,93	3,09	5,61	25,18	150	18,01
21	Кукуруза сладкая, бланшированная	17,6	0,8		3,6	40	17,27
22	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
23	Плов овощной	192,38	3,87	3,23	38,29	140	15,77
24	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
25	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,15
26	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64
27	Чай гречишный	0,01				200	0,63
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
29	Молочный коктейль (шоколад)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	39,65
30	Морс Фрутояня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	47,92
31	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	59,82
32	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	59,82
33	Снежок м.д.ж. 2,5% 80гр	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	14,56
34	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
35	Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
36	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
37	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
38	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
39	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	23,40
40	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	34,78
41	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
42	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
43	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
44	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,63



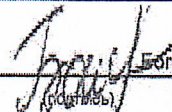
45	Батончик фруктовый "Для особо одаренных" (финики-кокос-кунжут)	127,8	1,8	6,24	15,45	1шт/30 гр	24,02
46	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	50,31
47	Мармелад жевательный желевый Сороконожки Марми 13гр	40,94	0,72	0,01	9,49	1шт/13гр	10,40
48	Мармелад жевательный с витаминами ТМ Baby Fox	93	1,5	0,06	21,3	1шт/30гр	24,57
49	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр	78			7,1	1шт/10гр	11,11
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 Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,29
53	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	1,11
54	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	20,02
55	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	48,23
56	Хлебцы цельнозерновые Молочный шоколад 34гр.	170	2,21	6,8	22,1	1шт/34гр	49,50
57	Чак-чак с настоящим медом 45гр	207	2,21	14,13	18,14	1шт/45 гр	39,68
		6 611,71	201,66	288,96	872,26		1 675,80

Шеф-повар



(подпись)

Старший  
калькулятор



Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела  
безопасности



Степановичус В.Ю.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025