



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Зарасова И.Н. _____

Согласовано
Директор _____



МЕНЮ

на 3 - 7 Март 2025 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	000190	Тост с сыром "Гауда"	92,69	5,27	4,04	8,8	17/14,5	18,03
3	002603	Ореховый микс (миндаль+кешью)	91,5	2,93	7,88	2,23	15	39,00
4	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	204,88	6,9	6,29	29,75	200/3	22,31
5	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
6	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак, 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			501,98	18,08	27,04	46,23		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001499	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	37,18
2	002690	Котлета "Белорусская"	185,59	10,3	11,42	10,4	90	38,86
3	002662	Картофель мятый	181,87	3,74	5,05	30,27	180	25,84
4	000006	Чай с лимоном и сахаром	22,39	0,06	0,01	5,21	200/7	3,22
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	59,02	1,98	0,61	11,39	24	2,60
			507,02	16,31	19,56	66,02		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	10,74	0,47	0,08	2,23	70	19,62
2	002001	Фрикассе из филе куриного	142,63	10,48	9,25	4,2	45/45	49,44
3	001331	Гречка отварная рассыпчатая	209,3	6,36	5,56	33,04	180	12,05
4	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	001741	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	16,30
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	78,77	2,3	0,74	15,75	28	3,66
			542,54	21,93	17,71	73,98		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002524	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
2	001873	Пюре картофельное	147,99	3,54	4,38	23,35	160	23,21
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	17,47
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	68,01	1,99	0,64	13,6	25	3,16
6	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак, 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,77
			563,43	21,13	24,77	62,87		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
2	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	51,53
3	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	000143	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,4	1,69	0,62	9,73	21	2,22
6	000049	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5 гр	16,08
			523,12	22,31	24,31	62,34		107,70

Шеф-повар _____

(подпись)

Старший
калькулятор _____

(подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник _____

(подпись)

Начальник отдела
безопасности _____

(подпись) Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Тарасова И.Н. *Masell*

Согласован:

Директор



МЕНЮ

на 3 - 7 Март 2025 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	
Понедельник								
Завтрак								
1	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	433,1	15,05	40,29	48,4	200/5	86,19
2	001357	Чай с апельсином	18,74	0,06	0,01	4,57	200	2,62
3	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48,92	1,51	0,47	9,68	20	2,12
4	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			547,56	19,5	42,35	67,96		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	85,44	6,17	4,12	5,92	177/14,5	18,78
2	002603	Ореховый микс (миндаль+кешью)	91,5	2,93	7,88	2,23	15	39,00
3	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	198,96	6,01	7,52	26,41	210/5	25,70
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	001497	Снежок м.д.ж. 2,5% 80гр	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	14,56
6	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	8,30
			528,07	20,26	23,28	56,12		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	15,98
2	002594	Шурпа по-домашнему (дольки)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160	54,24
3	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	6,16
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13	15	1,56
5	002232	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60	29,76
			623,61	21,04	27,05	72,49		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001176	Плов с мясом (свинина)	415,84	17,39	18,66	45,53	55/170	63,40
2	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,17
3	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	43,11	1,39	0,23	8,86	21	1,72
4	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,77
5	000175	Блинчики мини	69,92	1,48	2,69	9,67	42	15,64
			616,37	23,39	23,29	79,35		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	002685	Запеканка из творога	305,09	24,54	10,55	26,6	150	69,12
3	002807	Молоко сгущенное с сахаром	49,5	1,05	1,28	8,4	15	6,00
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	17,52
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,85	1,87	0,58	10,78	23	2,45
			506,95	28,2	19,82	51,92		107,70

Шеф-повар

Васильев
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицюк
(подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник

Л
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степанавичус
(подпись) Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

А.С. Комбинат Центрального питания "Центральный"

Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор

Согласно



МЕНЮ

на 3 Март 2 026 г. Доп.Меню Доп.меню

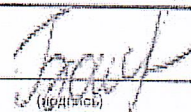
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДМ	Цена
Подаваемые								
Завтрак								
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	Зелёный горошек консервиров.(терм. обр)	17,5	1,5		3	50		21,39
3	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40		13,60
4	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
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	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,78
8	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10		41,73
9	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ, БМ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1		42,81
10	Мясо тушеное с овощами (свинина) п/ф БГ	169,85	9,91	12,71	3,27	40/50		38,06
11	Нагетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106		64,65
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		72,97
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,56	36,63	43,57	180/5		78,19
14	Филе бедра куриного в сливочном соусе с макаронным гарниром	371,32	15,23	15,68	41,58	126/45/25		61,79
15	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
16	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5		35,35
17	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5		24,77
18	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным диета 9	201,99	6,82	7,69	25,99	200/5		24,46
19	Макаронные изделия отварные (Безбелковые макаронные рисовый рожок) диета БМ, БГ, ФКУ	228,85	1,29	5,32	43,95	150		45,74
20	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		37,10
21	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,27
22	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50		15,96
23	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50		13,34
24	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150		9,99
25	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		6,16
26	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		5,40
27	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр		55,64
28	Напиток на йогуртной закваске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр		49,79
29	Чай гречишный	0,01				200		0,63
30	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
31	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
32	Молочный коктейль (ваниль)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
33	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	10%	59,82
34	Пюре яблоко,шиповник,клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	10%	54,46
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
36	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
37	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
38	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
39	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
40	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
41	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
42	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиношка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,77
43	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,08

44	Батончик мюсли с яблоком и витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
45	Батончик фруктовый "Завтра каникулы" (банан-чиа-подсолнечник)	63,72	1,22	2	9,56	1шт/18гр	20%	17,30
46	Конфеты железные ФрутЛандия	57,6		0,02	14,04	1шт/18гр	20%	8,21
47	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
48	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	10%	78,90
49	Печенье "Шакер-Чурек" в инд. упаковке 50 г.	255	2,03	12,30	31,03	1шт/50гр	10%	18,20
50	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	10%	8,29
51	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1шт/30гр	10%	31,71
52	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
53	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	10%	48,23
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	10%	43,52
56	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,77
57	Блинчики мини	69,92	1,48	2,69	9,67	42		15,63
		6 656,21	173,04	264	964,89			1 636,17

Шеф-повар



(подпись)

Старший
калькулятор


(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

Комбинат школьного питания "Центральный"

И.Н. Мисел

Согласовано
Директор



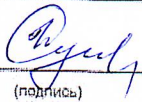
МЕНЮ

на 4 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

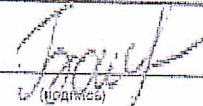
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Длительность	Средняя	Оценка
Вторник								
Завтрак								
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
3	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	17,5	1,5		3	50		21,39
4	Кукуруза консервированная (после терм. обр)	25	1		5,5	50		25,78
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	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью п/ф	186,45	7,7	11,32	13,52	250/20/10/1		47,11
9	Суп картофельный с рисом, зеленью	93,78	1,6	3,9	13,2	250/1		16,44
10	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
11	Котлета "Белорусская"	185,59	10,3	11,42	10,4	90		38,86
12	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,8	13,32	19,08	106		64,65
13	Филе куриное тушеное БГ	121,3	11,46	5,74	5,76	50/45		48,35
14	Рыба запеченная минтай БГ	163,02	16,79	8,58	4,78	90		50,76
15	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
16	Каша на рисовом молоке "Дружба" с маслом безлактозным без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5		35,35
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 (рожки)	254,21	6,71	4,89	45,84	150		14,78
20	Картофель мятый	151,58	3,12	4,21	25,23	150		21,53
21	Картофельные шарики запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150		19,31
22	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50		15,96
23	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,15
24	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200		8,62
25	Напиток из ягод Вишенка без сахара	8,75	0,2	0,13	1,75	200		7,60
26	Напиток миндальный на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр		55,64
27	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр		55,64
28	Напиток яблочный	44,25	0,1	0,1	10,45	200		7,30
29	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
30	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
31	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
32	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	10%	43,55
33	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	10%	37,57
34	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
35	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	10%	59,82
36	Снежок м.д.ж. 2,5% 80гр	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	10%	14,56
37	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
38	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
39	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
40	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
41	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
42	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
43	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
44	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20		13,00
45	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
46	Хлеб ржаной "Московский"	37,4	1,46	0,26	7,26	20		1,74
47	Батончик зерновой с цукатами 35гр	123,9	4,55	7	14,35	1шт/35 гр	10%	47,59
48	Батончик с клубникой и цельными злаками 25гр.	92,5	0,88	1,38	18,5	1шт/25гр	20%	31,98
49	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-chia-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	20%	24,60

50	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	20%	16,08
51	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	20%	38,87
52	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
53	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,8	3,92	1шт/ 7гр	10%	5,01
54	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,46	1шт/15гр	10%	29,91
55	Сахар в инд уп	20			3	1шт/5гр	10%	1,11
56	Хлебцы рисовые Агуша с грушевым соком	87	1,41	0,21	19,8	1шт/30гр	10%	59,55
57	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	10%	43,52
58	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,77
59	Блины ажурные	101,74	2,42	4,35	13,23	60		23,48
		5 457,38	177,84	195,53	742,52			1 604,45

Шеф-повар


(подпись)

Старший
калькулятор

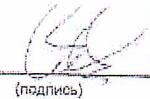

(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Комбинат Центрального питания "Центральный"

И.Н. Мисурин

Директор

Согласовано

(подпись)



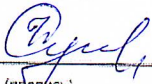
МЕНЮ

на 5 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

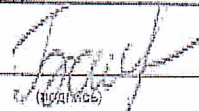
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда								
Завтрак								
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
2	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
3	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
4	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
5	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,78
6	Щи из свежей капусты и картофеля с зеленью	88,13	1,66	5,24	8,5	250		10,17
7	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом,сметаной и зеленью п/ф	151,09	5,48	10,23	8,89	250/15/10/1		27,03
8	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
9	Шурпа по-домашнему (дольки)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160		54,24
10	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		72,97
11	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5		78,19
12	Фрикассе из филе куриного Диета БГ	143,48	10,42	9,25	4,43	45/45		49,76
13	Запеканка картофельная с рыбой БГ	231,22	15,02	5,5	30,24	200		65,92
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		130,17
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
17	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5		24,77
18	Каша молочная рисовая с маслом сливочным без сахара	175,06	5,73	7,34	21,15	200/5		24,26
19	Каша рисовая с маслом безлактозным на рисовом молоке без сахара	156,86	1,72	6,36	23,81	200/5		35,15
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	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150		18,51
24	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150		9,99
25	Молоко сгущёное с сахаром	33	0,7	0,85	5,6	10	без НДС	4,00
26	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200		4,63
27	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,61
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 на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр		55,84
31	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
32	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
33*	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	18,30
34	Молочный коктейль (банан)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
35	Морс Фрутоняня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	10%	47,92
36	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	10%	59,82
37	Пюре яблоко,шиповник,клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	10%	54,46
38	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	10%	22,57
39	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
40	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	10%	47,52
41	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
42	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
43	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
44	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	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 "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20		2,57
48	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,08

49	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
50	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	20%	16,08
51	Зефир восточный с яблоком	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	20%	22,25
52	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
53	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
54	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
55	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Вишня" 40гр.	156	2,6	0,4	35,2	1шт/40гр	10%	48,23
56	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр		41,42
57	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	10%	43,52
		6 500,92	208,29	260,74	908,97			1 804,40

Шеф-повар


(подпись)

Старший
калькулятор



(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Генеральный директор, Центральный

И.Н. Мисурин

Директор

Согласовано



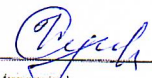
МЕНЮ

на 6 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

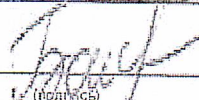
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Томат	Цена
Четверг								
Завтрак								
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10%	11,25
2	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
4	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	21	1,8		3,6	60		25,67
5	Хрустящая тыква 12 гр.	54,31	0,47	1,56	9,6	12	20%	37,18
6	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80		22,42
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
8	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50		22,84
9	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (рисовые рожки)	237,48	9,9	12,16	21,98	250/20/1		34,57
10	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
11	Котлета "Белорусская"	185,59	10,3	11,42	10,4	90		38,86
12	Плов с мясом (свинина) п/ф	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150		57,22
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	Чахобили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45		43,26
16	Рыба припущенная (минтай)	99,65	21,92	1,1	0,49	90		65,93
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
18	Каша кукурузная на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,09	6,41	24,1	200/5		33,68
19	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5		23,30
20	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	175,7	5,73	7,09	20,96	200/5		21,51
21	Макаронные изделия отварные (Безбелковые макаронные рисовый рожок) диета БМ, БГ, ФКУ	228,85	1,29	5,32	43,95	150		45,74
22	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		37,10
23	Картофель отварной БМ	163,93	3,09	5,61	25,18	150		18,01
24	Овощи припущенные (рагу овощное)	133,74	2,94	3,53	22,37	150		19,04
25	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50		15,96
26	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50		13,34
27	Напиток на йогуртной закуске без молока с малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр		49,79
28	Напиток яблочно-клюквенный	43,5	0,1	0,08	10,73	200		12,82
29	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	11,5	0,1	0,08	2,73	200		11,80
30	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
31	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
32	Молочный коктейль (ваниль)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
33	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	10%	59,82
34	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	10%	22,57
35	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
36	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
37	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
38	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
39	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
40	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
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 ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20		1,61

45	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
46	Батончик фруктовый "Домашки не будет" (банан-чиа-подсолнечник)	106,2	2,04	3,33	15,93	1шт/30 гр	20%	24,60
47	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	20%	50,31
48	Мармелад жевательный ТМ Лёвушка детям	242,2	3,99	0,14	51,73	1шт/70гр	20%	48,65
49	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
50	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	8,29
51	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	10%	8,29
52	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
53	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр		41,42
54	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	16,77
		6 027,67	196,89	251,74	823,36			1 592,92


Шеф-повар


(подпись)

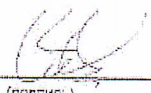
Старший
калькулятор


(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись) Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"

И.Н. Мисуров

Согласовано
Директор



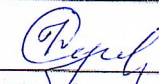
МЕНЮ

на 7 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

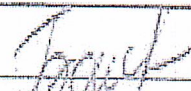
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10%	11,25
2	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
3	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
4	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40		13,60
5	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80		28,19
6	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80		22,42
7	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
8	Суп по Домашнему постный	75,13	1,11	4,18	8,19	250		8,88
9	Уха По-ростовски с минтаем и зеленью	149,84	11,71	5,83	12,48	200/40/1		46,72
10	Поджарка из мяса (свинина) п/ф БГ	229,05	12,89	16,59	6,15	50/50		53,23
11	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		42,33
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		72,97
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5		78,19
14	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100		72,31
15	Запеканка из творога	305,09	24,54	10,55	26,6	150		69,12
16	Запеканка из творога (без яйца)Диета БГ	285,32	23,76	10,05	23,61	150		64,09
17	Запеканка из творога Диета безлактозная	246,64	18,52	11,99	15,9	150		130,17
18	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
19	Каша молочная пшённая с бананом и маслом сливочным	212,06	6,31	7,29	29,74	160/40/5		37,65
20	Каша пшённая на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,8	6,88	22,97	200/5		33,43
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	163,93	3,09	5,61	25,18	150		18,01
25	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50		13,34
26	Кисель витаминизированный	95			23,5	200		15,44
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 закуске 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 чёрный без сахара	0,01				200		0,34
32	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
33	Морс Фрутоняня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	10%	47,92
34	Пюре яблоко,шиповник,клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	10%	54,46
35	Сок томатный ТМ Мой в инд. уп. 200мл	27,2			6	1шт/200 мл	10%	22,57
36	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
37	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
38	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
39	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	10%	28,15
40	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
41	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
42	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,46
43	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
44	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
45	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20		13,00
46	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13

47	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,08
48	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
49	Батончик фруктовый "Успел спизать" (финики-кокос)	128,4	1,77	6,33	15,45	1шт/30 гр	20%	24,02
50	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	20%	6,44
51	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	20%	66,91
52	Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
53	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
54	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
55	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр		41,42
56	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,76
		6 409,2	239,53	285,33	790,56			1 694,46

Шеф-повар



(подпись)

Старший
калькулятор



(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степанавичус 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