



Утверждаю:

Директор
Тарасова И.Н. *Тарасова*

Согласовано
Директор



МЕНЮ

на 10 - 14 Март 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,75	6,25	4,14	6,13	17/14,5	18,88
2	002818	Мясо птицы в соусе из протертых томатов с сыром и макаронным гарниром	351,21	19,7	8,58	48,27	150/50/30	59,23
3	002342	Напиток яблочно-брусничный	43,25	0,15	0,1	10,25	200	12,82
4	000117	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
			528,01	28,98	14,4	69,96		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	50,44	1,2	3,56	2,9	70	12,06
2	002781	Тефтели мясные, запеченные в томатно-сметанном соусе	134,46	7,48	8,26	7,54	80/10	34,62
3	001873	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76
4	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	62,43	2,09	0,64	12,05	26	2,75
6	000254	Блинчики с яблоком	225,74	3,22	6,75	39,23	80	35,88
			611,82	17,31	23,32	83,61		107,70
Среда								
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	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,19	1,28	0,21	8,29	16	1,41
6	000122	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	46,2	0,98	1,19	7,84	2шт/ 7гр	10,00
			504,59	27,37	19,6	52,67		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001324	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78
2	002594	Шурпа по-домашнему (дольки)	293,32	12,52	16,8	22,17	40/180	56,65
3	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	30,52
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	78,56	2,3	0,74	15,71	28	3,66
			506,42	17,61	21,92	57,55		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002524	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	6,3	4,63	27,53	150	10,05
3	002341	Напиток яблочно-клюквенный	43,5	0,1	0,08	10,73	200	12,82
4	000074	Фрукт яблоко свежее	56,4	0,56	0,48	11,76	120	17,47
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30,77	1,02	0,17	6,31	15	1,30
6	000174	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50	22,06
			652,95	21,09	25,86	80,93		107,70

Шеф-повар

Тарасова
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок
(подпись) Грицок О.М.

Мед. работник

[Подпись]
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

Степанавичус
(подпись) Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

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

Директор

Согласовано

(подпись)



МЕНЮ

на 10 - 14 Март 2 025 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	
Понедельник								
Завтрак								
1	001720	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	221,11	7,6	8,59	27,09	250/2/5	41,21
2	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	30,52
4	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,91	1,87	0,72	8,67	21	3,12
5	002232	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60	29,76
			550,41	14,18	16,42	83,62		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	001354	Бедро куриное запеченное	288,88	20,82	22,31		115	54,09
3	001347	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,58
5	001751	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	52,44	1,76	0,54	10,12	22	2,31
			583,16	28,28	33,71	41,44		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001699	Томаты Черри свежие	7,2	0,35	0,08	1,08	40	28,57
2	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	51,53
3	002662	Картофель мятый	152,04	3,14	4,24	25,25	150	23,72
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	56,98	1,91	0,59	11	24	2,52
			427,85	17	19,84	44,38		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	26,4	1,2		5,4	60	25,90
2	002524	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	44,00
3	001330	Рис припущенный	204,42	3,68	4,14	37,14	150	15,21
4	001358	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,77	1,57	0,49	10,05	21	2,20
6	001433	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	17,30
			592,96	19,67	22,76	76,15		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	18,08
2	002690	Котлета "Белорусская"	185,59	10,3	11,42	10,4	90	38,86
3	001873	Пюре картофельное	147,99	3,54	4,38	23,35	160	23,21
4	002242	Напиток из ягод Вишенка	40,75	0,2	0,13	9,75	200	8,62
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	51,35	1,69	0,28	10,53	26	2,17
6	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,76
			566,13	23,91	21,84	68,38		107,70

Шеф-повар

И.И. [подпись]
(подпись)

Старший
калькулятор

О.М. Грицюк
(подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник

В.И. [подпись]
(подпись)

Начальник отдела
безопасности

В.И. [подпись]
(подпись) Степановичус В.И.



Утверждаю:

А.С. Комбинат Школьного питания "Центральный"
Гарясова, И.Н. *И.Н. Гарясова*

Согласовано:
Директор



МЕНЮ

на 10 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

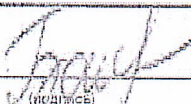
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ТДС	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
3	Зелёный горошек консервиров. (терм. обр)	21	1,8		3,6	60		25,67
4	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40		13,60
5	Огурцы 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	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80		13,78
8	Суп гороховый из бедра куриного с гренками и зеленью	278,06	12,57	11,64	28,43	250/20/10/		28,26
9	Суп гороховый с зеленью БМ	155,21	5,44	5,64	18,68	250/1		11,66
10	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
11	Шурпа по-домашнему п/ф (дольки)	275,86	12,18	16,12	19,7	40/160		54,24
12	Мясо птицы в соусе из протертых томатов с сыром и макаронным гарниром	133,75	13,05	7,87	2,54	150/50/30		59,23
13	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		72,97
14	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
15	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	221,11	7,6	8,59	27,09	200/2/5		41,21
16	Каша рисовая с маслом безлактозным на рисовом молоке без сахара	156,86	1,72	6,36	23,81	200/5		35,15
17	Макаронные изделия отварные (безбелковые овощная ракушка) диета БМ, БГ, ФКУ	233,14	0,27	5,53	45,56	150		37,10
18	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150		47,24
19	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,27
20	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150		18,51
21	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50		15,96
22	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200		6,16
23	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		5,40
24	Напиток кокосовый на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр		56,64
25	Напиток яблочно-брусничный	43,25	0,15	0,1	10,25	200		12,82
26	Напиток яблочно-брусничный без сахара	11,25	0,15	0,1	2,25	200		11,80
27	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
29	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
30	Йогурт со вкусом груша злаки питьевой 80 гр в инд. уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	18,30
31	Молочный коктейль (ваниль)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
32	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	10%	59,82
33	Сок грушевый осветленный ТМ"Агуша" в инд. уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	10%	47,52
34	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
35	Сок яблочно-шиповниковый вост. 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	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
41	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20		13,00
42	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
43	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		2,94
44	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
45	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	10%	17,29

46	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	20%	16,08
47	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	20%	50,31
48	Крекер витаминный с кальцием и витаминами 50гр	226,5	4	8,5	33,5	1шт/50 гр	20%	38,87
49	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
50	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	10%	5,01
51	Пастила фруктовая натуральная	47,5	0,35		11	1шт/25гр	20%	27,08
52	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
53	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	10%	78,90
54	Печенье с начинкой "TWIN PIX" для детского питания 50гр.	235	2,75	10,5	32	1шт/50гр	10%	38,87
55	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
56	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	10%	48,23
57	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,82	5	20%	10,09
58	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,77
59	Блинчики с яблоком и бананом	205,74	3,46	5,63	35,39	80		39,14
60	Сэндвич с вареной сгущенкой	202,5	3,3	6,8	31,5	60		29,73
		6 158,96	165,58	217,78	914,16			1 628,26

Шеф-повар



(подпись)

Старший
калькулятор

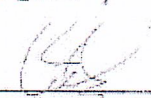

(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Григорова И.Н. *И.Н. Григорова*

Согласовано:

Директор



МЕНЮ

на 11 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

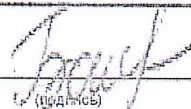
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена	
Вторник								
Завтрак								
1	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75	10,77	
2	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40	64,06	
3	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60	
4	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42	
5	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53	
6	Салат "Витаминный" из квашеной капусты	57,65	1,38	4,07	3,31	80	13,78	
7	Суп картофельный с рисом и зеленью БМ БГ	126,83	2,15	5,39	17,48	250/1	13,24	
8	Суп овощной спельменами из трески	130,2	4,61	7,12	12,53	200/50	41,92	
9	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	51,97	
10	Тефтели мясные, запеченные в томатно-сметанном соусе	134,46	7,48	8,26	7,54	80/10	34,62	
11	Бедро куриное запеченное	288,88	20,82	22,31		115	54,09	
12	Плов из филе куриного	265,01	14,49	5,88	39,93	40/150	51,62	
13	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	144,65	21,92	6,1	0,49	90/5	66,86	
14	Запеканка из творога	305,09	24,54	10,55	26,6	150	69,12	
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	130,17	
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 безлактозная без сахара	183,79	2,82	6,71	28,65	200/5	35,35	
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	Гречка отварная БМ	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,27	
23	Овощи тушеные	58,94	2,82	1,39	8,65	160	16,17	
24	Овощная смесь "Европейская"	51,69	1,53	2,72	5,29	50	15,96	
25	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76	
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 гречишный	0,01				200	0,63	
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	20%	32,18
33	Йогурт со вкусом груша злаки питьевой 80 гр в инд. уп.	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	10%	18,30
34	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	10%	37,57
35	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
36	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	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 грушевый осветленный ТМ"Агуша" в инд. уп. 200мл	104			26	1шт/200 мл	10%	47,52
39	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
40	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	50,31
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 "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
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	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	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
52	Пастилки фруктики ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
53	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	10%	78,90
54	Печенье с начинкой "Двойная радость" для детского питания 50гр.	235	2,5	11	31,5	1шт/50гр	10%	35,75
55	Сахар в инд уп	20			5	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 безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр		41,42
58	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	10%	43,52
59	Чак-чак с настоящим медом 45гр	207	2,21	14,13	18,14	1шт/45 гр	20%	39,66
60	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,77
61	Блинчики с яблоком	225,74	3,22	6,75	39,23	80		35,90
		6 753,67	247,42	245,66	884,03			1 973,78

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. Мисурин

Директор




МЕНЮ

на 12 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

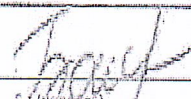
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вит.С	НДС	Цена
Среда								
Завтрак								
1	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
2	Кукуруза консервированная (после терм. обр)	25	1		5,5	50		25,78
3	Филе грудки куриное отварное	105,41	16,47	4,39		90		57,27
4	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	20%	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 гречками	167,63	6,17	6,54	20,63	250/10		41,73
8	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гречками БГ, БМ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1		42,81
9	Гуляш из говядины диета БГ Диета 9	198,45	15,05	14,19	2,6	50/40		84,00
10	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским п/ф БГ	174,54	10,17	12,6	4,58	40/50		45,58
11	Наггетсы 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	13,55	36,63	43,57	180/5		78,19
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		130,17
17	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
18	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		49,52
19	Каша кукурузная на рисовом молоке с маслом безлактозным без сахара	163,98	2,09	6,41	24,1	200/5		33,68
20	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным	198,18	6,09	7,39	25,44	200/5		23,30
21	Каша на рисовом молоке кукурузная с маслом Диета БМ БГ	209,64	2,1	8,5	30,79	200/5		27,87
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	Картофель мятый	151,56	3,12	4,21	25,23	150		21,53
26	Овощная смесь "Мексиканская"	50,49	1,96	1,63	6,92	50		13,34
27	Рис припущенный Диета БМ	216,31	3,63	5,51	37,07	150		9,99
28	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200		5,58
29	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200		4,81
30	Напиток кокосовый на йогуртной закваске без молока 250гр	112,5	0,5	0,25	25	1шт/250гр		55,64
31	Цикорий диета на кокосовом молоке без сахара	48,8	0,7	1,8	7,5	200		18,58
32	Цикорий с молоком	94,2	3,72	3	12,18	200		16,05
33	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
34	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
35	Вода питьевая					1шт/250мл	20%	30,23
36	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
37	Молоко питьевое ультрапаст. обогащенное в инд.уп. 200 мл	118,4	5,8	6,4	9,4	1шт/200	10%	37,57
38	Молочный коктейль (банан)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
39	Пюре Агуша грушевое	50,4			12,6	1шт/90гр	10%	59,82
40	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	10%	54,46
41	Сок яблочный ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	27,04
42	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	10%	47,52
43	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
44	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54

45	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
46	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
47	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
48	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20		13,00
49	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,77
50	Хлеб ржаной "Столичный"	42	1,4	0,24	9,16	20		1,74
51	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,03	1,24	0,55	10,48	1 шт/25 гр	10%	10,48
52	Батончик фруктовый "Лес рук" (финики-кокос-кунжут)	70,29	0,99	3,43	8,5	1шт/ 16,5	20%	16,08
53	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	20%	50,31
54	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	10%	5,01
55	Пастилки фрукилки ТМ Правильные сладости	51	0,08	0,02	12,45	1шт/15гр	10%	29,91
56	Рисовые мини хлебцы с бананом 30гр	111	1,5	0,6	23,4	1шт/30гр	10%	31,71
57	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
58	Фруктовая лента KIDS ТМ Правильные сладости	51			12,6	1шт/15 гр	10%	27,46
59	Хлебцы рисовые малина-клубника безглютеновые на фруктозе 27гр	91,8	1,89	0,54	19,71	1шт/27гр	10%	43,52
60	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша в инд. упак. 45г	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,75
		7 327,45	272,68	310,33	930,28			2 052,30

Шеф-повар



(подпись)

Старший
калькулятор



(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

А/С Комбинат школьного питания "Центральный"

Власова И.Н.

Marsell

Директор



МЕНЮ

на 13 Март 2 025 г. Доп.Меню Доп.меню

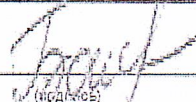
№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	ИПС	Цена
Четверг								
Завтрак								
1	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		15,98
2	Говядина отварная	141,64	12,02	10,31	0,25	40		64,06
3	Кукуруза консервированная (после терм. обр)	30	1,2		6,6	60		30,94
4	Масло подсолнечное 10гр в инд. уп.	90		9,99		1шт/10 гр		6,11
5	Хрустящая морковь 12 гр.	58,15	0,23	2,47	8,75	12	20%	37,18
6	Хрустящий овощной микс 12 гр.	56,23	0,58	2,32	8,26	12		37,18
7	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		22,01
8	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
9	Щи из свежей капусты и картофеля с зеленью	88,13	1,66	5,24	8,5	250		10,17
10	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		31,39
11	Жаркое "По-домашнему" со свининой п/ф" БГ	264,28	12,56	13,04	23,37	40/180		54,87
12	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом растительным Диета БМ	405	13,5	38	43,5	180/5		72,97
13	Филе куриное запеченное с томатом и сыром	156,86	17,08	9,12	1,42	100		72,31
14	Филе куриное тушеное БГ	121,3	11,46	5,74	5,76	50/45		48,35
15	Котлета "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90		44,00
16	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150		39,70
17	Каша безлактозная ячневая с маслом	210,38	5,94	9,36	24,44	200/5		30,55
18	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	169,22	5,99	7,09	19,05	200/5		20,82
19	Каша ячневая на рисовом молоке	182,27	2,29	7,57	25,85	200/5		20,09
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	139,89	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	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 малиной 250гр	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр		49,79
28	Чай гречишный	0,01				200		0,63
29	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7		3,09
30	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,34
31	Вода питьевая					1шт/500мл	20%	32,18
32	Компот Фрутоняня в инд. уп. 200мл	88			22	1шт/200 мл	10%	49,42
33	Молоко безлактозное питьевое ультрапастеризованное	124	6	6,4	9,4	1шт/200мл	10%	43,55
34	Молочный коктейль (ваниль)	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 мультифрукт для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	27,04
39	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	10%	18,72
40	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
41	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%	30,52
42	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20%	20,54
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 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 м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
48	Батончик овсяный с яблоком 20гр	67,14	1,06	0,44	14,76	1шт/20 гр	10%	17,29

49	Батончик фруктовый "Садись, пять" (финики-кокос)	70,62	0,97	3,48	8,5	1шт/16,5 г	20%	16,08
50	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	20%	6,44
51	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	10%	5,01
52	Пастилки ягодно-фруктовые черничные 35гр	127,05	0,04	0,46	30,66	1шт/35гр	10%	78,90
53	Рисовые мини хлебцы с яблочным соком 30гр	99	2,1	0,6	20,1	1шт/30гр	10%	31,71
54	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
55	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Koper	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
56	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	10%	48,23
57	Хлебцы рисовые безглютеновые с кунжутом и морской солью 27гр	93,15	2,43	1,08	18,9	1шт/27гр		41,42
58	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,62	5	20%	10,09
59	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	10%	16,77
60	Панкейки мини	122,02	2,01	2,82	20,01	50		22,04
		6 040,7	176,09	228,08	849,49			1 683,33

Шеф-повар



(подпись)

Старший
калькулятор



(подпись)

Богомолов Е.Н.

Мед. работник


(подпись)

Начальник отдела
безопасности


(подпись)

Степанавичус В.Ю.



Утверждаю:

Директор школы питания "Центральный"

И.Н. Мещеряков

Директор



МЕНЮ

на 14 Март 2 025 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)	21	1,8		3,6	60	25,67	
3	Кукуруза консервированная (после терм. обр)	30	1,2		6,6	80	30,94	
4	Хрустящий овощной микс 12 гр.	56,23	0,58	2,32	8,26	12	37,18	
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-лапша из бедра куриного с зеленью	186,95	7,56	11,04	13,8	250/20/1	24,61	
9	Суп-лапша из бедра куриного с зеленью БМ, БГ № 9 (рисовые рожки)	220,68	7,67	11,15	21,98	250/20/1	35,36	
10	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	51,97	
11	Каша гречневая с тушеным мясом и овощами	323,74	15,75	13,83	33	40/150	43,51	
12	Котлета "Белорусская"	185,59	10,3	11,42	10,4	90	38,86	
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	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	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	169,22	5,99	7,09	19,05	200/5	20,82	
18	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	191,7	6,36	7,4	23,53	200/5	22,61	
19	Каша ячневая на рисовом молоке	182,27	2,29	7,57	25,85	200/5	20,09	
20	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,96	1,23	4,16	41,88	150	47,24	
21	Картофель отварной БМ	163,93	3,09	5,61	25,18	150	18,01	
22	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16	
23	Пюре картофельное	138,74	3,32	4,11	21,89	150	21,76	
24	Напиток на йогуртной закваске без молока с облепихой 250гр.	95	0,75	0,38	20	1шт/250гр	55,64	
25	Напиток яблочно-клюквенный	43,5	0,1	0,08	10,73	200	12,82	
26	Напиток яблочно-клюквенный без сахара	11,5	0,1	0,08	2,73	200	11,80	
27	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09	
28	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34	
29	Молочный коктейль (клубника)	142	5,2	5	19	1шт/200 мл	10%	39,65
30	Морс Фрутоняня в инд. уп. 200мл	86,4			21,6	1шт/200 мл	10%	47,92
31	Пюре Агуша банановое	61,2			15,3	1шт/90гр	10%	59,82
32	Пюре яблоко, шиповник, клюква-витаминный салатик ФрутоНяня	51,12			12,78	1шт/90 гр	10%	54,46
33	Сок яблоко-груша для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	27,04
34	Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл	92			23	1шт/200 мл	10%	27,04
35	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	10%	17,06
36	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%	30,52
37	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	10%	47,52
38	Маффин шоколадный без глютена	157,6	2,44	5,72	24,08	40	20%	23,40
39	Печенье без глютена	178,5	3,35	5,8	28,2	50	20%	34,78
40	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20		13,00
41	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
42	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		2,94
43	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	10%	27,63
44	Жевательный мармелад Черешня 50гр	156,35	3,8		35,25	1шт/50гр	20%	50,31
45	Зефир восточный с лимоном	116,1	0,43		34,83	1шт/43 гр	20%	22,25
46	Мармелад жевательный с витаминами ТМ Baby Fox	93	1,5	0,06	21,3	1шт/30гр	20%	24,57
47	Мёд натуральный в инд. уп. 10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	20%	12,08
48	Молоко сгущенное с сахаром в инд. уп. 7гр	23,1	0,49	0,6	3,92	1шт/ 7гр	10%	5,01

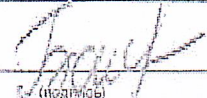
49	Печенье с начинкой "Двойная радость" для детского питания 50гр.	235	2,5	11	31,5	1шт/50гр	10%	35,75
50	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	10%	8,29
51	Сахар в инд уп	20			5	1шт/5гр	10%	1,11
52	Фруктовая лента KIDS TM Правильные сладости	51			12,6	1шт/15 гр	10%	27,46
53	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр TM Dg. Коггер	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
54	Хлебцы мини рисово-кукурузные "Смузи Клубника" 40гр.	156	2,56	0,4	36	1шт/40гр	10%	48,23
55	Хлебцы цельнозерновые Молочный шоколад 34гр.	170	2,21	6,8	22,1	1шт/34гр	10%	49,50
56	Шоколад молочный 5 гр	27,5	0,37	1,73	2,62	5	20%	10,09
57	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45г.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	10%	16,75
		6 242,54	185,19	247,96	891,35			1 723,48

Шеф-повар




(подпись)

Старший
калькулятор




(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник



(подпись)

Начальник отдела
безопасности



(подпись) 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