



Утверждаю:

Директор АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Тарасова И.Н.

Согласовано

Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 21 - 22 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Всего	Всего
Понедельник								
Завтрак								
1	001061	Сыр Российский порционно	70,9	4,9	5,7		20	17,63
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	167,53	6,31	7,09	19,39	200/5	20,87
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	20,89
4	002812	Чай с лимоном и сорбитом	17,39	0,05	0,01	4,07	200/5	7,26
5	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	52,79	1,98	0,76	9,17	22	3,31
			543,61	21,58	19,6	68,91		122,40
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	32,53
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/	27,47
3	001674	Жаркое "По-домашнему" со свининой"	240,87	11,9	12,57	19,38	40/145	52,51
4	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	5,40
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	56,53	1,89	0,58	10,91	23	2,49
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	52,95	1,98	0,77	9,19	23	3,30
			696,43	31,82	26,85	78,22		123,70
			1 240,04	53,4	46,45	147,13	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	000275	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	256,79	25,49	10,96	12,73	150	72,93
2	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
3	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10%
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	30,52
			365,7	28,44	11,52	35,28		1,77
								105,56
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	001423	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	42,33
4	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
5	002882	Напиток из смородины и яблок с сорбитом	49,16	0,22	0,16	11,51	200	21,95
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,44	1,6	0,26	10,41	20	1,77
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	43,55	1,44	0,24	8,93	22	1,84
			740,31	35,02	33,67	72,76		140,54
			1 106,01	63,46	45,19	108,04	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

(подпись)

Степонавичус В.Ю.

Мед. работник

(подпись)



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Тарасова И.Н.

Согласовано

Директор

(подпись)

(подпись)

МЕНЮ

на 23 - 24 Апреля 2025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Витамин	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000257	Каша молочная кукурузная с маслом сливочным диета 9	175,7	5,73	7,09	20,96	200/5	21,51
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	20,18
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	61,8	3,16	2,5	5,9	200	14,07
4	000078	Фрукт апельсин свежий	58,5	1,35	0,3	12,15	150	10% 30,52
5	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	47,09	1,38	0,44	9,42	17	2,19
			443,09	17,62	15,33	56,23		88,47
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	22,01
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	41,01
3	000291	Печень "По-строгановски" диета БГ Диета 9	156,15	15,95	6,41	8,28	60/40	64,23
4	001873	Пюре картофельное	134,12	3,21	3,97	21,16	145	21,03
5	000307	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	38,39	1,44	0,56	6,67	16	2,41
			546,44	27,7	18,05	67,47		157,63
			989,53	45,32	33,38	123,7	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	001061	Сыр Российский порционно	70,9	4,9	5,7		20	17,63
2	001592	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	258,26	14,36	13,75	18,33	50/150	60,59
3	002812	Чай с лимоном и сорбитом	17,39	0,05	0,01	4,07	200/5	7,26
4	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10% 22,52
5	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	30,58	0,98	0,17	6,28	15	1,22
			414,73	20,93	19,95	35,16		109,22
Обед								
1	001379	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы)	13,2	0,61	0,12	2,33	80	27,25
2	002212	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью п/ф	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/	31,39
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	53,33
4	001600	Булгур с овощами Диета БМ	195,56	5,51	3,68	34,53	150	17,75
5	002236	Напиток яблочно-вишнёвый без сахара	11,4	0,14	0,11	2,3	200	5,91
6	000031	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	31,08	1	0,17	6,38	15	1,25
			545,43	31,48	21,75	54,92		136,88
			960,16	52,41	41,7	90,08	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О.С.

Мед. работник

(подпись)

Директор по
производству-Нача
льник отдела
технологии,
качества и
пищевой
безопасности

(подпись)

Степанович В.Ю.

Согласовано

(подпись)

МЕНЮ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	ВВ	Средняя физическая нагрузка	Эквивалент
Пятница									
		Завтрак							
1	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	169,22	5,99	7,09	19,05	200/5		20,82
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		20,18
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,36
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	14,56
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		1,77
6	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	20,02
			385,33	14,92	13,18	49,93			78,71
		Обед							
1	001391	Нарезка из свежих овощей (помидоры, перец сладкий) с маслом и зеленью	64,78	0,9	5,2	3,29	100/1		48,73
2	002750	Суп-лапша из бедра куриного с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	219,38	7,65	11,19	21,58	250/20/1		34,66
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90		51,97
4	001347	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150		15,16
5	002881	Напиток из свежих яблок с сорбитом	41,26	0,08	0,08	9,8	200		14,26
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	60,46	1,86	0,58	11,97	25		2,61
			447,29	13,35	18,38	55,98			167,39
			832,62	28,27	31,56	105,91	Итого за день		246,10
Суббота									
		Завтрак							
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		49,52
2	000297	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		15,96
3	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		15,14
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		1,76
			428,48	25,17	26,78	20,74			82,38
		Обед							
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		32,53
2	001220	Рассольник "Ленинградский" с мясом свинины, сметаной и зеленью п/ф	172,74	6,7	10,23	12,97	250/20/10/		41,61
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		53,33
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,69	3,36	1,82	27,38	150		18,51
5	002881	Напиток из свежих яблок с сорбитом	41,26	0,08	0,08	9,8	200		14,26
6	000016	Хлеб пшеничный "Изобилие"	47,09	1,38	0,44	9,42	17		2,19
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	30	0,93	0,29	5,94	13		1,29
			571,26	30,71	19,12	68,15			163,72
			999,74	55,88	45,9	88,89	Итого за день		246,10

Результат

(подпись)

Основина О.С.


(подпись)

(подпись)

Степонавичус 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