



Утверждаю:

А.С. Комбинат школьного питания "Центральный"

Г.Тюмень, 01.10.2025 г.

Директор



МЕНЮ

на 5 - 7 Октября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	144,1	6,3	10,47	6,16	17/8,75/14	35,53
2	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	118,46	14,46	5,18	3,49	50/40	51,30
3	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
4	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
5	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,95
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
		578,17	28,75	22,68	63,54		111,51
Обед							
1	Томаты Чарри	14,4	0,7	0,16	2,15	80	17,68
2	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,70
3	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150	65,15
4	Напиток клюквенный	50,75			12,6	200	19,14
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22	3,79
		655,33	28,18	32,14	60,56		134,59
		1 233,5	57,93	54,8	124,1	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	15,51
2	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	239,93	7,61	8,51	32,76	220/5	31,52
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,18	2	6,3	1шт/80 мл	16,12
		369,45	12,19	17,33	45,72		63,66
Обед							
1	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	16,46
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью	178,01	7,96	11,35	10,88	250/20/10/1	56,98
3	Котлета из белой рыбы	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,48
4	Пюре картофельное	166,31	3,98	4,93	26,28	190	28,30
5	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко)	42,5	0,13	0,1	10,25	200	10,09
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,95
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябиночка"	60,48	1,92	0,31	12,48	24	2,37
8	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,81
		793,12	29,77	36,45	86,35		180,44
		1 187,57	41,96	53,78	132,07	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Старший
калькулятор

Багмалова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

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

Степановичу В.Ю.



Утверждаю:

А.С. Комбинат общественного питания "Центральный"
Г.Тюмень, ул. Н. Мухоморова, д. 1

Директор

Согласно



МЕНЮ

на 8 - 9 Октября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименования	Кал	Б	Ж	У	Витамин	г/100г
Среда							
Завтрак							
1	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,61
2	Запеканка из творога со сгущенным молоком	368,78	25,24	16,41	28,61	150/20	84,77
3	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	Снежок м.д.ж. 2,5%	82,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,16
		544,54	30,11	25,24	47,72		120,73
Обед							
1	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	7,54
2	Рассольник "Ленинградский"	164,64	5,83	11,5	12,6	250/20/10/1	39,21
3	Грив с мясом	330,85	13,5	13,55	38,1	40/160	52,45
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мей" вид. ул. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	30,3	1,22	0,38	7,01	15	1,61
6	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	24	0,74	0,23	4,75	10	1,06
		729,86	23,41	29,9	50,51		125,37
		1 274,4	53,52	55,14	138,23	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	182,96	9,41	7,98	22,84	210/2/5	41,00
2	Чай черный	0,01				200	0,39
3	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	Творог обогащенный "Растишка"						
5	Клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,83	1,58	5,36	45	19,11
6	Оладьи мини	122,02	2,02	2,82	20,02	50	25,73
7	Джем Лесные ягоды Махеев	40,8			10,2	15	7,61
		451,92	12,56	12,88	57,76		94,97
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	50	15,96
2	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	184,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	40,66
3	Мясо тушеное с овощами	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40	52,34
4	Картофельные дольки по-деревенски	153,58	3,60	1,99	30,11	170	21,36
5	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,96
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дерницкий"	62	1,72	0,29	10,68	26	2,37
		719,1	29,04	29,76	92,31		150,18
		1 170,12	41,67	42,64	150,07	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Старший
калькулятор

Богданова Е.В.

Мед. работник

(подпись)

Директор по
производству-Наче
льник отдела
технологии,
качества и
лицевой
безопасности

(подпись)

Степанович В.В.



Утверждаю:

Комбинат школьного питания "Центральный"
Губарева Л.Н. *Л.Н. Губарева*

Директор

Согласовано



МЕНЮ

на 10 - 11 Октября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-14

№ п/п	Наименование	Кило	Б	Ж	У	Белки	Жиры
Питица							
Завтрак							
1	Макароны в томатном соусе	395,74	7,27	6,77	51,05	180	14,72
2	Пряник песочный шоколадный	273,89	3,65	15,17	30,69	50	14,85
3	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,18	200/5	2,29
4	Йогурт питьевой яблоко-тархун	118,4	4,48	4	17,6	2шт/80 мл	41,61
		705,74	15,46	25,95	103,49		73,47
Обед							
1	Помидоры свежие (порционно)	16,2	0,79	0,18	2,42	90	18,52
2	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	13,75	12,42	50/150	67,84
3	Котлета рыбная "Нежная"	221,85	11,86	17,35	4,5	90	61,31
4	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	180	5,66
5	Напиток смородиновый с яблоком	42	0,13	0,1	10,13	200	10,06
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,91
7	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	63,24	1,73	0,53	10,27	22	2,30
8	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,48	9,5	20	2,13
		947,81	37,12	44,22	97,68		172,63
		1 653,55	52,57	70,27	201,17	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Тост ржаной с маслом сливочным	95,87	2,42	6,32	6,18	170/75	16,51
2	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,31
3	Цикорий с молоком	94,2	3,72	3	12,18	200	16,50
4	Ряженка м.д.ж. 2,5%	40,8	2,4	2	3,36	1шт/80 мл	16,74
		449,15	24,18	27,53	24,24		50,06
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,89	60	11,88
2	Уха Рыбачья с маринованным и зеленью	138,46	9,56	5,3	12,05	200/40/1	40,23
3	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	58,88
4	Овощное рагу	135,35	3,28	4,06	21,41	150	16,09
5	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп. 200мл					1шт/200 мл	20,74
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинка"	40,32	1,26	0,21	8,32	16	1,57
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	24	0,74	0,25	4,75	10	1,09
		556,78	26,56	25,29	55,46		139,54
		1 007,9	51,03	63,17	79,7	Итого за день	246,13

Шеф-повар

В.И. Сидорова
(подпись)

Мед. работник

Л.Н. Губарева
(подпись)Старший
калькулятор*В.И. Сидорова*
(подпись)

Богданова Е.И.

Директор по
производству-Нач
Лилия отдела
технологии,
качества и
лицензий
безопасности

(подпись)

Степанович В.И.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025