



Утверждаю:
Гарасова И.Н. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 10 - 14 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	65,94
2	003290	Булгур припущенный	233,29	5,82	6,72	36,83	180	12,95
3	001960	Напиток яблочный со смородиной диета 9	10	0,13	0,1	2,13	200	8,80
4	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	86,4	2,66	0,83	17,1	36	3,90
			482,37	26,73	13,89	61,8		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	003484	Запеканка из творога Диета 9	301,88	27,07	16,14	10,59	160	84,54
3	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5	1,85
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81	21	2,29
			402,84	32,71	20,33	20,55		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	003347	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/150	67,64
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	25	2,49
			420,83	16,79	21,38	39,34		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	001323	Томаты Черри	10,8	0,53	0,12	1,61	60	35,10
2	001621	Печень тушеная с овощами Диета БГ	136,81	15,63	5,2	6,59	60/40	61,81
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	216	6,24	6,53	32,64	160	5,66
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21	3,62
			412,97	24,25	12,56	49,41		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90	48,39
3	001347	Овощи тушеные	58,94	2,83	1,39	8,65	160	14,65
4	001960	Напиток яблочный со смородиной диета 9	10	0,13	0,1	2,13	200	8,80
5	000074	Фрукт яблоко свежее	42,3	0,42	0,36	8,82	90	13,69
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	38,72	1,3	0,4	7,47	16	1,69
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,19
			436,04	22,97	20,26	39,07		107,70

Шеф-повар

_____ (подпись)

Мед. работник

_____ (подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

_____ (подпись)
Ракитина А.С.

_____ (подпись)



Утверждаю:

Тарасова И.Н.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 10 - 11 ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава шк.88/1

на 10 - 11 ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава шк.88/1									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100		53,77
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000094	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	10%	23,01
6	000014	Фрукт мандарин свежий	55,66	1,86	0,58	10,74	23		2,40
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	598,18	30,56	29,96	49,05			105,95
		Обед							
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,68	0,11	3,19	100		23,37
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/		34,38
		156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63	
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	55,26	2,65	1,3	8,11	150		13,74
4	001347	Овощи тушеные	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,13
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	501,58	24,7	25,56	42,22			140,15
			1 099,76	55,26	55,52	91,27	Итого за день		246,10
Вторник									
		Завтрак							
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	283,01	25,38	15,13	9,93	150		79,27
2	002968	Топпинг сметана	35,7	0,81	3	1,17	30		13,20
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,20
			368,11	26,72	18,54	21,11			110,50
		Обед							
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	16,2	0,79	0,18	2,42	90		23,52
2	001423	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		40,23
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		48,39
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
5	000308	Напиток из ягод без сахара	10,5	0,13	0,1	2,25	200		9,20
6	000014	Напиток из ягод без сахара	41,14	1,38	0,43	7,94	17		1,81
7	000015	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	36	1,19	0,2	7,38	18		1,66
			662,79	34,19	29,77	62,73			135,60
			1 030,9	60,91	48,31	83,84	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

(подпись)

(подпись

(подпись)

(подпись)

(подпись)

(подпись)



Утверждаю:

Директор АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Тарасова И.Н.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 14 ноября 2025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава шк.88/1

на 14 ноября 2 025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава Шк.88/1									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5		26,93
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,44
3	003569	Чай с лимоном без сахара диета 9	1,71	0,05	0,01	0,15	200		1,85
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,18
			372,72	14,68	13,27	47,71			71,61
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002068	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью*	186,76	7,9	11,42	12,9	250/20/10/		57,80
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	001347	Овощи тушеные	62,63	3	1,47	9,19	170		15,57
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	10%	16,11
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22		2,37
			507,69	25,37	25,29	43,3			174,49
			880,41	40,05	38,56	91,01	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

(подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025