



Утверждаю:

школьного питания "Центральный"

Гарасова И.Н.

*Masell*Согласовано:
Директор
(подпись)*Грицок*

Грицок О.М.

МЕНЮ

на 10 - 11 ноября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	003431	Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	144,1	6,3	10,47	6,16	17/8,75/14	35,53
2	003496	Наггетсы куриные хрустящие	190,2	8,4	10,68	15,12	84	53,44
3	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000074	Фрукт яблоко свежее	61,1	0,61	0,52	12,74	130	19,77
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
			663,33	22,81	28,29	78,05		117,86
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	18,70
2	001288	Суп-лапша с курицей и зеленью	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,70
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	56,89
4	003197	Овощное рагу	135,35	3,28	4,05	21,41	150	18,09
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	28,8	0,89	0,28	5,7	12	1,32
			683,13	27,81	31,99	70,03		128,24
			1 346,46	50,62	60,28	148,08	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	003417	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,51
2	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	229,03	7,27	8,13	31,27	210/5	30,44
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,12
			392,01	12,39	17,45	45,93		64,58
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,91
2	003515	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	002701	Котлета из белой рыбы	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,53
4	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160	25,15
5	000166	Напиток из ягод	42,5	0,13	0,1	10,25	200	10,09
6	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	1,52
			761,54	28,83	36,06	79,06		181,52
			1 153,55	41,22	53,51	124,99	Итого за день	246,10

Шеф-повар

Грицок

(подпись)

Мед. работник

Грицок

(подпись)

Старший
калькулятор*Грицок*

(подпись)

Грицок О.М.



Утверждаю:

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

Согласовано:

Директор

(подпись) *Грицков О.М.*

МЕНЮ

на 12 - 13 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	003417	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,51
2	003429	Запеканка из творога со сгущенным молоком	368,76	25,24	16,41	28,61	150/20	84,77
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,16
			543,86	30,09	25,23	47,66		120,12
Обед								
1	002006	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	7,54
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/	38,51
3	003295	Плов с мясом	330,85	13,5	13,55	38,1	40/160	52,45
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, востановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	1,95
			761,16	24,4	30,2	96,64		125,98
			1 305,02	54,49	55,43	144,3	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	001717	Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом сливочным	190,24	6,49	8,24	21,53	200/2/5	40,71
2	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
3	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
4	000219	Джем Груша и банан Махеев	54,4			13,6	20	10,15
5	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,11
6	003339	Блинчики	87,62	2,04	2,57	14,41	45	19,70
			427,47	13,03	12,89	64,24		92,19
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	18,70
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	40,69
3	002194	Мясо тушеное с овощами	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40	52,34
4	003079	Картофельные дольки по-деревенски	144,55	3,48	1,88	28,34	160	19,82
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21	3,48
			687,01	29,05	29,81	73,9		163,91
			1 114,48	42,08	42,7	138,14	Итого за день	246,10

Шеф-повар

В.В. Грицков
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор*О.М. Грицков*
(подпись) Грицков О.М.

(подпись)



Утверждаю:

Министерство школьного питания "Центральный"
Гарасова И.Н. _____

Согласовано:

Директор _____

(подпись)

МЕНЮ

на 14 - 15 Ноября 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	003342	Макароны запеченные с сыром	331,55	10,13	10,18	49,42	180	22,97
2	002498	"Крендель сахарный" 50гр.	248,11	3,43	10,98	33,82	50	8,50
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	001655	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	20,80
			655,89	15,83	23,16	96,13		53,95
Обед								
1	001501	Хрустящий овощной микс 12 гр.	56,23	0,58	2,32	8,26	12	37,18
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	250	67,64
3	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	51,35
4	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150	9,47
5	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
6	000094	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	16,11
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16	1,70
			948,04	34,46	44,71	104,61		192,15
			1 603,93	50,29	67,87	200,74	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	003417	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,51
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	44,31
3	001360	Цикорий с молоком	94,2	3,72	3	12,18	200	18,50
4	001740	Напиток кисломолочный кефирный (пломбир)	53,2	2,4	2	6,4	1шт/80 мл	19,97
			461,55	24,18	27,88	27,28		99,29
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	001423	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	40,23
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150	65,15
4	003402	Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл					1шт/200 мл	20,74
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	60,48	1,92	0,31	12,48	24	2,40
			497,27	27,13	24,88	40,72		146,81
			958,82	51,31	52,76	68	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицок О.М.

(подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025