



Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"
Зарасова И.Н. *И.Н. Зарасова*

Директор

Согласовано



МЕНЮ

на 24 - 25 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	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	84,8	6,12	4,06	5,94	16/14,5	21,79
3	003524	Плов ароматный с мясом птицы	248,14	17,7	5,17	36,16	50/150	54,87
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,12
			494,87	26,21	17,14	61,67		113,24
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	56,69
4	003197	Овощное рагу	162,42	3,94	4,86	25,69	180	21,71
5	000143	Напиток из свежих яблок	42,93	0,09	0,09	10,18	200	4,61
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81	21	2,27
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,18
			731,82	29,14	33,01	78,58		132,86
			1 226,69	55,35	50,15	140,25	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	21,25
3	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	29,36
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
5	001492	Молоко питьевое банановое обогащенное витаминами 80мл	53,84	2,16	2	6,8	1шт/80 мл	16,12
			431,72	14,48	21,04	46,71		82,61
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	170,18	7,61	10,85	10,4	250/10/10/1	37,48
3	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	51,35
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	33,88	1,13	0,35	6,54	14	1,50
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,80
			717,62	26,76	33,81	75,2		163,49
			1 149,34	41,24	54,85	120,91	Итого за день	246,10

Шеф-повар

В.А. Г
(подпись)

Мед. работник

Л
(подпись)Старший
калькулятор*Грицюк О.М.*
(подпись)



Утверждаю:

Директор школы
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Директор



МЕНЮ

на 26 - 27 ноября 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	003429	Запеканка из творога со сгущенным молоком	368,76	25,24	16,41	28,61	150/20	84,77
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,16
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,14
			563,37	29,41	26,17	51,04		120,73
Обед								
1	002006	Калуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	7,54
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	180,21	6,49	11,32	12,59	250/15/10/1	33,59
3	002194	Мясо тушеное с овощами	197,71	12,23	14,96	2,77	50/40	52,34
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	24	0,79	0,13	4,92	12	1,06
			806,89	28,28	37,17	87,97		125,37
			1 370,26	57,69	63,34	139,01	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	003339	Блинчики	87,62	2,04	2,57	14,41	45	19,70
4	000214	Джем абрикосовый Махеев	54,4			13,6	20	10,15
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
6	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,11
			427,47	13,03	12,89	64,24		92,19
Обед								
1	001161	Огурцы свежие с зеленью	11,51	0,51	0,08	2,39	75	17,53
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	40,69
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	68,32
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
5	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	58,75	2,2	0,85	10,2	25	4,14
			638,13	28,29	28,61	64,84		153,91
			1 065,6	41,32	41,5	129,08	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицюк О.М.



Утверждаю:

Министр школьного питания "Центральный"
Ларасова И.Н.

Директор



МЕНЮ

на 28 - 29 ноября 2025 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	276,29	8,44	8,48	41,18	135/10/5	19,14
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	001741	Йогурт питьевой персик-манго	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	20,80
			600,63	14,14	21,46	87,89		50,12
Обед								
1	001590	Хрустящая свекла 12 гр.	54,1	0,42	2,3	7,92	12	37,18
2	003530	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200	67,64
3	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,53
4	003289	Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150	9,47
5	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	24	0,74	0,23	4,75	10	1,13
			961,68	35,54	46,25	103,95		195,98
			1 662,31	49,68	67,71	191,84	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
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	001741	Йогурт питьевой персик-манго	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	20,80
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	1,90
			485,86	23,22	28,56	33,54		99,88
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	16,29
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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,81
			476,79	26,53	24,79	36,44		146,22
			962,65	49,75	53,35	69,98	Итого за день	246,10

Шеф-повар.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)Старший
калькулятор
(подпись) Грицюк О.М.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 229723484149701461558283897186772312471353484431

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 28.11.2024 по 28.11.2025