



Утверждаю:

Директор школы школьного питания "Центральный"
Сорохова Е.С.

Согласован
Директор



МЕНЮ

на 22 - 26 Декабря 2025 г. Комплекс №1 Диета Ралко Федора СОШ 88

№ 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	002090	Бедро куриное отварное	218,88	16,29	16,66		90	48,22
3	003552	Овощи тушеные с маслом сливочным	88,36	2,7	4,92	8,18	150	21,52
4	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	20,71
			433,31	20,23	29,29	20,81		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90	60,63
2	000488	Картофель отварной с маслом сливочным	152,45	3,15	4,25	25,34	150	24,91
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	20,48
			365,31	15,73	16,22	38,48		107,70
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	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	38,05
3	003550	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке без масла	166,82	3,42	3,14	31,95	200/5	28,52
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	25,08
			395,32	12,58	18,23	45,84		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	114,18	17,61	4,73	0,56	90/5	72,65
2	002087	Рис припущенный	177,23	4,49	0,22	44,04	160	8,95
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	24,42
			356,95	23,39	5,48	58,35		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	003560	Говядина отварная диетическая	140,39	11,98	10,3		40	77,23
2	002088	Гречка отварная	189	7,02	1,36	36,72	180	5,08
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200	1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	23,67
			423,6	20,2	12,16	57,92		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

(подпись)

Ракитина А.С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



Утверждаю:

Директор школы питания "Центральный"
Есрохова Е.С.

Согласовано
Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 22 - 23 Декабря 2 025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход		
Понедельник									
Завтрак									
1	001354	Бедро куриное запеченное	251,2	18,1	19,4		100		53,77
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
3	000139	Чай гречишный	0,01				200		0,75
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18		1,97
			535,82	24,75	25,81	49,04			82,49
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	001281	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20		19,28
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	156,56	11,53	11,54	1,23	90		60,63
4	002096	Капуста цветная отварная	52,2	4,35	0,52	7,31	150		54,22
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		1,98
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,17
			390,46	23,55	16,98	35,11			163,61
			926,28	48,3	42,79	84,15	Итого за день		246,10
Вторник									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	232,5	9,93	4,31	37,18	250		20,07
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		24,76
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	17		2,87
			423,27	21,38	13,55	52,13			69,16
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	18	0,88	0,2	2,69	100		26,13
2	003515	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью	178,01	7,96	11,35	10,88	250/20/10/		56,98
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	64,73	3,23	1,56	9,31	180		15,62
5	000308	Напиток из ягод без сахара	10,5	0,13	0,1	2,25	200		9,20
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,3	1,58	0,61	7,34	18		3,07
			439,62	31,34	19,92	32,96			176,94
			862,89	52,72	33,47	85,09	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С.

Директор



МЕНЮ

на 24 - 25 Декабря 2 025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	301,9	18,83	23,63	3,13	150/5		62,51
3	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
4	000083	Фрукт киви свежие	37,6	0,64	0,32	6,48	80	10%	21,84
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,55
			423,64	24,53	27,8	16,73			106,77
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,91
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/		38,51
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		53,69
4	001600	Булгур с овощами диета безмолочная	195,56	5,51	3,68	34,53	150		15,02
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	36	1,19	0,2	7,38	18		1,60
			650,59	26,56	32,14	61,74			139,33
			1 074,23	51,09	59,94	78,47		Итого за день	246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5		26,93
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		24,76
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,20
			321,02	13,15	12,8	37,46			67,28
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	003027	Щи из свежей калусты и картофеля с мясом говядины	157,89	7,61	10,38	8,45	250/20		48,59
3	002245	Поджарка из мяса (свинина) п/ф БГ	206,15	11,6	14,93	5,54	45/45		53,04
4	002096	Капуста цветная отварная	52,2	4,35	0,52	7,31	150		54,22
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,11
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	56	1,85	0,31	11,48	28		2,57
			522,02	26,39	26,25	44,19			178,82
			843,04	39,54	39,05	81,65		Итого за день	246,10

Шеф-повар


(подпись)

Технолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник


(подпись)

Технолог

 Погребняк С.В.

(подпись)



Утверждаю:

Горохова Е.С. _____

Согласован
Директор _____



МЕНЮ

на 26 Декабря 2025 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	001678	Скрембл с томатом свежим Диета БМ	236,45	14,9	19,05	1,27	170		45,17
3	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
4	000086	Фрукт груша свежая	84,6	0,72	0,54	18,54	180	10%	44,46
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,19
			419,19	21,04	23,71	29,46			112,69
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	168,86	6,43	11,07	10,44	250/10/10/1		27,84
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		65,94
4	003290	Булгур припущенный	207,37	5,17	5,97	32,74	160		11,51
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		2,79
			588,96	31,7	23,93	60,97			133,41
			1 008,15	52,74	47,64	90,43	Итого за день		246,10

Шеф-повар _____

(Подпись)
(подпись)

Технолог _____

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник _____

(Подпись)
(подпись)

Технолог _____

Погребняк С.В.

(подпись)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042375

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 05.12.2025 по 05.12.2026