



Утверждаю:

АС Комбинат школьного питания "Центральный"  
 Школьный директор  
 Богомолова Е.С.

Директор



### МЕНЮ

на 22 - 23 Декабря 2 025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 4-11 лет

| № п/п              | Наименование  | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Единица измерения | Цена   |
|--------------------|---|----------|-------|-------|--------|-------------------|--------|
| <b>Понедельник</b> |   |          |       |       |        |                   |        |
| <b>Завтрак</b>     |   |          |       |       |        |                   |        |
| 1                  | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.  | 66,1     | 0,1   | 7,25  | 0,14   | 1шт/10 гр         | 14,37  |
| 2                  | Наггетсы куриные хрустящие  | 190,2    | 8,4   | 10,68 | 15,12  | 84                | 53,44  |
| 3                  | Булгур припущенный  | 207,37   | 5,17  | 5,97  | 32,74  | 160               | 11,51  |
| 4                  | Чай гречишный   | 0,01     |       |       |        | 200               | 0,75   |
| 5                  | Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл | 57,5     |       |       | 14,38  | 1шт/125 мл        | 19,58  |
| 6                  | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"   | 42,84    | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17                | 1,69   |
| 7                  | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                                       | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20                | 2,18   |
|                    |   | 612,02   | 16,51 | 24,58 | 80,72  |                   | 103,52 |
| <b>Обед</b>        |   |          |       |       |        |                   |        |
| 1                  | Хрустящая морковь15 гр.   | 72,69    | 0,29  | 3,09  | 10,94  | 15                | 37,18  |
| 2                  | Суп-лапша с курицей и зеленью   | 203,75   | 9,79  | 12,05 | 13,8   | 250/20/1          | 26,70  |
| 3                  | Котлета мясная "По-деревенски"  | 201,02   | 11,13 | 11,02 | 14,33  | 90                | 46,57  |
| 4                  | Овощное рагу  | 135,35   | 3,28  | 4,05  | 21,41  | 150               | 18,09  |
| 5                  | Напиток фруктовый (яблоко)  | 26,88    |       |       | 6,72   | 200               | 9,88   |
| 6                  | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"   | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20                | 1,98   |
| 7                  | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                                       | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20                | 2,18   |
|                    |   | 738,09   | 27,57 | 30,93 | 87,1   |                   | 142,58 |
|                    |   | 1 350,11 | 44,08 | 55,51 | 167,82 | Итого за день     | 246,10 |
| <b>Вторник</b>     |   |          |       |       |        |                   |        |
| <b>Завтрак</b>     |   |          |       |       |        |                   |        |
| 1                  | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.  | 66,1     | 0,1   | 7,25  | 0,14   | 1шт/10 гр         | 14,37  |
| 2                  | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"  | 86,17    | 6,22  | 4,13  | 6,04   | 17/14,5           | 21,91  |
| 3                  | Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным                                     | 218,12   | 6,92  | 7,74  | 29,78  | 200/5             | 29,36  |
| 4                  | Чай с лимоном и сахаром   | 17,03    | 0,03  |       | 4,09   | 200/3             | 1,68   |
| 5                  | Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 80мл                        | 53,84    | 2,16  | 2     | 6,8    | 1шт/80 мл         | 16,11  |
|                    |   | 441,26   | 15,43 | 21,12 | 46,85  |                   | 83,43  |
| <b>Обед</b>        |   |          |       |       |        |                   |        |
| 1                  | Помидоры свежие (порционно)   | 14,4     | 0,7   | 0,16  | 2,15   | 80                | 20,91  |
| 2                  | 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                  | Котлета рыбная "Нежная"   | 221,65   | 11,86 | 17,35 | 4,5    | 90                | 51,35  |
| 4                  | Пюре картофельное   | 138,76   | 3,32  | 4,11  | 21,9   | 150               | 23,58  |
| 5                  | Напиток из ягод   | 42,5     | 0,13  | 0,1   | 10,25  | 200               | 10,09  |
| 6                  | Фрукт яблоко свежее   | 47       | 0,47  | 0,4   | 9,8    | 100               | 15,21  |
| 7                  | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"   | 50,4     | 1,6   | 0,26  | 10,4   | 20                | 1,98   |
| 8                  | Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"  | 28,2     | 1,06  | 0,41  | 4,9    | 12                | 2,07   |
|                    |   | 713,09   | 26,75 | 33,64 | 74,3   |                   | 162,67 |
|                    |   | 1 154,35 | 42,18 | 54,76 | 121,15 | Итого за день     | 246,10 |

Шеф-повар

(подпись)

Старший  
калькулятор

(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

(подпись)

Технолог

(подпись)

Погребняк С.В.



Утверждаю:

АС Комбинат школьного питания "Центральный"  
И.С. Сорокин

Директор

Согласовано:



**МЕНЮ**

на 24 - 25 Декабря 2025 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

| № п/п          | Наименование   | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | Цена   |
|----------------|--|----------|-------|-------|--------|---------------|--------|
| <b>Среда</b>   |  |          |       |       |        |               |        |
| <b>Завтрак</b> |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.                                   | 66,1     | 0,1   | 7,25  | 0,14   | 1шт/10 гр     | 14,37  |
| 2              | Сырники творожные  | 242,28   | 16,44 | 10,44 | 20,64  | 120           | 91,97  |
| 3              | Молоко сгущённое с сахаром   | 49,5     | 1,05  | 1,28  | 8,4    | 15            | 7,22   |
| 4              | Чай с лимоном и сахаром  | 17,03    | 0,03  |       | 4,09   | 200/3         | 1,68   |
| 5              | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"   | 40       | 1,32  | 0,22  | 8,2    | 20            | 1,81   |
|                |  | 414,91   | 18,94 | 19,19 | 41,47  |               | 117,05 |
| <b>Обед</b>    |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Капуста квашеная с маслом  | 51,89    | 1,24  | 3,57  | 3,2    | 70            | 15,92  |
| 2              | Рассольник "Городничский"  | 180,21   | 6,49  | 11,32 | 12,59  | 250/15/10     | 33,59  |
| 3              | Плов с мясом   | 330,85   | 13,5  | 13,55 | 38,1   | 40/160        | 52,45  |
| 4              | Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой инд. уп. 200мл  | 92       |       |       | 23     | 1шт/200 мл    | 23,40  |
| 5              | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                    | 47,88    | 1,52  | 0,25  | 9,88   | 19            | 1,88   |
| 6              | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"   | 40       | 1,32  | 0,22  | 8,2    | 20            | 1,81   |
|                |  | 742,83   | 24,07 | 28,91 | 94,97  |               | 129,05 |
|                |  | 1 157,74 | 43,01 | 48,1  | 136,44 | Итого за день | 246,10 |
| <b>Четверг</b> |  |          |       |       |        |               |        |
| <b>Завтрак</b> |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | 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              | Чай чёрный   | 0,01     |       |       |        | 200           | 0,39   |
| 3              | Сэндвич с вареной сгущенкой  | 202,5    | 3,3   | 6,8   | 31,5   | 60            | 33,23  |
| 4              | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                    | 42,84    | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17            | 1,68   |
|                |  | 435,59   | 11,15 | 15,26 | 61,87  |               | 76,01  |
| <b>Обед</b>    |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Хрустящая свекла 12 гр.  | 54,1     | 0,42  | 2,3   | 7,92   | 12            | 37,18  |
| 2              | Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью                                    | 194,74   | 9,93  | 12,01 | 11,51  | 250/20/1      | 40,69  |
| 3              | Жаркое "По-деревенски" с мясом   | 281,91   | 14,45 | 15,38 | 20,58  | 50/150        | 68,32  |
| 4              | Напиток из сухофруктов   | 61,78    | 0,46  | 0,02  | 14,91  | 200           | 2,77   |
| 5              | Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл   |          |       |       |        | 1шт/125мл     | 17,88  |
| 6              | Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"                                    | 42,84    | 1,36  | 0,22  | 8,84   | 17            | 1,68   |
| 7              | Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"   | 34       | 1,12  | 0,19  | 6,97   | 17            | 1,57   |
|                |  | 669,37   | 27,74 | 30,12 | 70,73  |               | 170,09 |
|                |  | 1 104,96 | 38,89 | 45,38 | 132,6  | Итого за день | 246,10 |

Шеф-повар

Сорокин  
(подпись)

Старший  
калькулятор

Богомолова Е.Н.  
(подпись)

Богомолова Е.Н.

Мед. работник

Сорокин  
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.  
(подпись)

Погребняк С.В.



Утверждаю:

Директор  
Е.С. *[Подпись]*

Директор



**МЕНЮ**

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

| № п/п          | Наименование   | Ккал     | Б     | Ж     | У      | Выход         | Цена   |
|----------------|--|----------|-------|-------|--------|---------------|--------|
| Пятница        |  |          |       |       |        |               |        |
| <b>Завтрак</b> |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.                 | 66,1     | 0,1   | 7,25  | 0,14   | 1шт/10 гр     | 14,37  |
| 2              | Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"                   | 86,17    | 6,22  | 4,13  | 6,04   | 17/14,5       | 21,91  |
| 3              | Макароны в томатном соусе.                             | 295,74   | 7,27  | 6,77  | 51,05  | 180           | 15,26  |
| 4              | Чай с лимоном и сахаром                                | 17,03    | 0,03  |       | 4,09   | 200/3         | 1,66   |
|                |  | 465,04   | 13,62 | 18,15 | 61,32  |               | 53,20  |
| <b>Обед</b>    |  |          |       |       |        |               |        |
| 1              | Кукуруза сладкая, бланшированная                       | 13,2     | 0,6   |       | 2,7    | 30            | 11,21  |
| 2              | Шурпа "По-деревенски"                                  | 303,72   | 14,37 | 18,75 | 18,42  | 50/200        | 67,64  |
| 3              | Котлета из белой рыбки                                 | 249,22   | 13,29 | 18,98 | 6,31   | 90            | 49,53  |
| 4              | Рис припущенный  | 253,37   | 5,05  | 6,24  | 49,54  | 180           | 11,37  |
| 5              | Напиток из черной смородины                            | 51,8     |       |       | 12,95  | 200           | 20,10  |
| 6              | Сок яблочно-вишнёвый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.200мл | 92       |       |       | 23     | 1шт/200 мл    | 28,60  |
| 7              | Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями                   | 50,82    | 1,7   | 0,53  | 9,81   | 21            | 2,26   |
| 8              | Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"                | 48       | 1,48  | 0,46  | 9,5    | 20            | 2,19   |
|                |  | 1 062,13 | 36,49 | 44,96 | 132,23 |               | 192,90 |
|                |  | 1 527,17 | 50,11 | 63,11 | 193,55 | Итого за день | 246,10 |

Шеф-повар

*[Подпись]*  
(подпись)

Старший  
калькулятор

*[Подпись]*  
(подпись) Богомолова Е.Н.

Мед. работник

*[Подпись]*  
(подпись)

Технолог

*[Подпись]*  
(подпись) Погребняк С.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042375

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 05.12.2025 по 05.12.2026