



Утверждаю:

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

(подпись)

Итого 10 00
Город Тюмень

МЕНЮ

на 2 - 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Ралко Федора СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	61,88
2	001330	Рис припущенный	212,5	4,54	4,09	44,11	160	17,25
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	26,28
			282,56	6	4,63	58,69		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	003651	Каша рисовая с маслом слив.на кокосовом молоке	215,21	2,84	7,92	34,1	250/5	43,10
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	28,08
			379,17	8,57	12,53	58,17		107,70
Среда								
Завтрак								
1	002090	Бедро куриное отварное	218,88	16,29	16,66		90	53,57
2	003552	Овощи тушеные с маслом сливочным	88,36	2,7	4,92	8,18	150	22,83
3	003604	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	22,83
			375,7	20,07	22,03	23,18		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	101,49	15,65	4,2	0,5	80/5	65,52
2	003487	Картофель отварной	118,97	3,09	0,62	25,18	150	18,56
3	001524	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	21,33
			277,44	19,81	5,26	37,65		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002054	Свинина отварная	171,75	11,9	13,35	0,3	50	48,76
2	001331	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	11,58
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
4	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,55
			475,75	19,46	18,81	55,84		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)Специалист по
организации
индивидуального
питания
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

(подпись) Погребняк С.В.

(подпись _____)



Утверждаю:

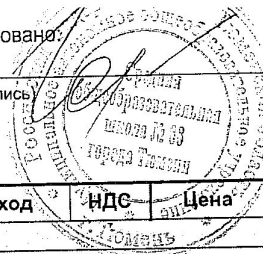
Директор центра питания "Центральный"

Горохова Е.С.

Согласовано:

Директор

(подпись)



МЕНЮ

на 4 - 5 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	003484	Запеканка из творога Диета 9	285,24	25,34	15,12	10,51	150		81,31
2	002968	Топпинг Сметана м.д.ж 10%	35,7	0,81	3	1,17	30		13,49
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
			423,33	32,21	23,13	19,69			122,80
Обед									
1	002028	Капуста свежая с маслом диета 9	42,85	1,48	2,16	4,22	80		6,18
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	184,64	6,65	11,6	12,9	250/20/10/		40,00
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	002258	Напиток из смородины и яблок диета 9	17,8	0,22	0,16	3,67	200		12,74
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	64,8	2	0,62	12,83	27		3,34
			723,88	28,46	37,03	67,07			123,30
			1 147,21	60,67	60,16	86,76	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		19,02
2	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	160,77	6,66	5,95	19,84	200/5		24,24
3	000402	Ряженка	91,8	5,4	4,5	7,56	180		23,38
4	000140	Чай Ройбуш	0,01				200		1,51
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,47
			349,01	17,43	14,56	36,9			70,62
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/		36,10
3	002161	Гуляш из говядины п/ф	170,27	12,17	12,04	3,34	40/50		81,63
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000094	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	10%	18,41
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22		2,66
			524,34	24,87	25,8	47,1			175,48
			873,35	42,3	40,36	84	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

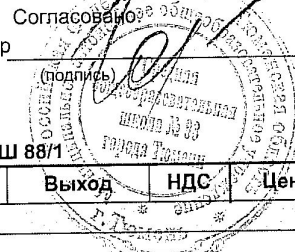
Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Утверждаю:

Директор
Исорохова Е.С. _____Согласовано _____
(подпись)**МЕНЮ**

на 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

на 6 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ №1									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		53,34
2	000396	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200		26,85
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		3,00
			428,17	26,61	24,83	22,46			85,63
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002309	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины и зеленью БГ, без сахара	171,95	6,7	11,53	9,84	250/20/10/		38,09
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			608,14	31,83	24,31	64,75			160,47
			1 036,31	58,44	49,14	87,21	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Лаборант

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(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