



Утверждаю:
школьного питания "Центральный"

Согласовано:
Директор
(подпись)

МЕНЮ

на 16 - 20 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	002090	Бедро куриное отварное	218,88	16,29	16,66		90	53,57
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,40
			502,69	23,86	22,31	49,67		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001770	Рыба припущенная (минтай)	77,51	17,05	0,86	0,38	70	60,02
2	000488	Картофель отварной с маслом сливочным	162,61	3,36	4,53	27,03	160	28,16
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	34,65	0,9	0,38	6,9	15	19,13
			274,78	21,31	5,77	34,31		107,70
Среда								
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	172,86	2,28	6,36	27,39	200/5	36,04
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"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	28,83
			360,11	8,67	10,94	57,24		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	6,15	0,21	0,03	1,23	90	61,88
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
3	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,32
			279,03	7,44	5,36	50,11		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	002086	Свинина тушеная без масла	188,65	12,47	13,41	3,69	50/30	54,32
2	003625	Рис припущенный	239,09	5,11	4,6	49,62	180	19,41
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	55,44	1,44	0,6	11,04	24	31,20
			544,96	19,48	18,63	79,26		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Специалист по
организации
индивидуального
питания

(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

(подпись) Погребняк С.В.

(подпись)

на 16 - 17 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

(подпись)

Утверждаю:

школьного питания "Центральный"

прохова Е.С.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 18 - 19 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	Топлинг Сметана м.д.ж 10%	23,8	0,54	2	0,78	20		8,99
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		2,45
			411,43	31,94	22,13	19,3			118,31
		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	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,43	12,2	14,87	2,6	50/40		54,63
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
5	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,80
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	60	1,98	0,33	12,3	30		2,87
			695,67	28,41	35,18	64,45			127,79
			1 107,1	60,35	57,31	83,75	Итого за день		246,10
Четверг									
		Завтрак							
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		53,34
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
4	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,38
			412,59	26,39	24,77	20,79			82,09
		Обед							
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100		22,86
2	001281	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20		21,69
3	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,47
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		10,79
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	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		3,63
			552,7	24,6	22,73	61,2			164,01
			965,29	50,99	47,5	81,99	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)

Утверждаю:

школьного питания "Центральный"

прохова Е.С.

Согласовано:

Директор

(подпись)

МЕИЮ

на 20 Февраля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ 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	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	186	7,94	3,45	29,74	200		16,36
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
4	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,09
			379,62	19,15	12,5	46,43			65,89
		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/		58,00
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		66,04
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17		2,10
			470,13	30,72	19,78	41,12			180,21
			849,75	49,87	32,28	87,55	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Perly
(подпись)

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

(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