



Утверждаю:
 Директор Центрального питания "Центральный"

Согласовано:
 Директор _____
 (подпись)

МЕНЮ

на 18 - 19 Март 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
	Завтрак						
	Тост ржаной с маслом сливочным	95,67	2,42	6,82	6,16	17/8,75	16,74
	2 Запеканка из творога	302,76	23,84	14,71	17,41	150	76,43
	3 Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
	4 Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
	5 Мёд натуральный в инд. уп.10гр.	28,4			7,1	1шт/10гр	15,47
		483,86	28,69	23,53	37,88		127,38
	Обед						
	1 Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
	2 Рассольник "Ленинградский"	175,78	6,33	11,04	12,28	250/10/10/1	29,78
	3 Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	44,34
	4 Рис припущенный	211,14	4,21	5,2	41,28	150	9,47
	5 Нектар яблочный микс Моя семья в инд.уп.200мл	88			22	1шт/200 мл	20,74
	6 Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,78
	7 Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	0,99	0,17	6,15	15	1,40
		722,41	23,35	28,53	96,41		118,72
		1 206,27	52,04	52,06	134,29	Итого за день	246,10
Четверг							
	Завтрак						
	1 Каша молочная геркулесовая Царь с клубникой и яблоком и маслом сливочным	190,24	6,49	8,24	21,53	200/2/5	41,14
	2 Пряник песочный шоколадный	273,89	3,65	15,17	30,69	50	14,85
	3 Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
	4 Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	48,8	2,88	1,58	5,36	45	19,11
	5 Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
		553,78	14,38	25,21	66,42		78,40
	Обед						
	1 Капуста квашеная с маслом	59,3	1,42	4,08	3,66	80	18,79
	2 Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1	42,52
	3 Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским	217,89	12,84	16,37	4,09	50/40	64,64
	4 Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
	5 Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
	6 Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
	7 Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
	8 Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16	1,58
		791,07	30,8	35,04	85,94		167,70
		1 344,85	45,18	60,25	152,36	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____
 (подпись)

Мед. работник _____
 (подпись)

Старший калькулятор _____
 (подпись) Богомолова Е.Н.

Технолог _____
 (подпись) Погребняк С.В.



Утверждаю:

Директор Центрального

Согласовано:
Директор
(подпись)

МЕНЮ

на 20 - 21 Март 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Тост с маслом сливочным	111,42	1,51	7,64	9,13	17/10	18,64
2	Макароны запеченные с сыром	294,71	9	9,05	43,93	160	20,42
3	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
4	Йогурт питьевой печеное яблоко	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,21
		506,03	13	18,82	71,79		70,76
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	Шурпа "По-деревенски"	303,72	14,37	18,75	18,42	50/200	71,11
3	Котлета из белой рыбы	249,22	13,29	18,98	6,31	90	49,58
4	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	10,79
5	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,29
6	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
7	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56	28	2,95
8	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
		918,02	37,28	44,17	90,83		175,34
		1 424,05	50,28	62,99	162,62	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75	13,62
2	Омлет запеченный натуральный	233,05	16,68	17,13	2,71	160	47,41
3	Какао-напиток молочный с витамином С	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,10
4	Кефир лимонный пай	56,4	2,4	2	7,12	1шт/80 мл	20,38
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
		481,92	24,85	29,14	28,77		105,30
Обед							
1	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
2	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1	34,84
3	Залеканка картофельная с минтаем	232,3	15,24	5,66	29,93	200	68,43
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	24	0,79	0,13	4,92	12	1,13
		596,3	25,06	16,68	85,7		140,80
		1 078,22	49,91	45,82	114,47	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Богомолова Е.Н.

Технолог

(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