



Утверждаю:  
АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Согласовано:

Директор

(подпись)

### МЕНЮ

на 23 - 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета Ралко Федора СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
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	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	43,89	1,14	0,48	8,74	19	24,73
			<b>393,03</b>	<b>20,21</b>	<b>22,14</b>	<b>26,88</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002055	Свинина отварная	171,75	11,9	13,35	0,3	50	48,76
2	00483	Картофель отварной с маслом сливочным	152,45	3,15	4,25	25,34	150	26,40
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	55,44	1,44	0,6	11,04	24	30,86
			<b>396,67</b>	<b>16,52</b>	<b>18,2</b>	<b>40,77</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	000461	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
3	003549	Каша на кокосовом молоке кукурузная без масла	164,64	2,82	3,51	30,25	200/5	34,11
4	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	53,13	1,38	0,58	10,58	23	30,02
			<b>393,68</b>	<b>9,85</b>	<b>16,34</b>	<b>51,05</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	101,49	15,65	4,2	0,5	80/5	65,53
2	000466	Рис припущенный	200,4	4,35	3,55	42,27	150	17,48
3	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,01
			<b>360,5</b>	<b>21,11</b>	<b>8,2</b>	<b>55,14</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002086	Свинина тушеная без масла	188,65	12,47	13,41	3,69	50/30	54,32
2	003552	Овощи тушеные с маслом сливочным	94,25	2,88	5,25	8,73	160	24,36
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	26,25
			<b>390,88</b>	<b>17,01</b>	<b>19,18</b>	<b>36,53</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

(подпись)

Млад. работник

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.С.  
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.  
(подпись)



Утверждаю:

Согласовано:

Директор

(подпись)

**МЕНЮ**

на 23 - 24 Март 2026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
<b>Понедельник</b>									
<b>Завтрак</b>									
		Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,47
1	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,31
2	003288	Гречка отварная рассыпчатая	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
3	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	34	1,12	0,19	6,97	17		1,63
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	408,91	19,2	18,36	41,12			91,85
			<b>7,5</b>	<b>0,33</b>	<b>0,06</b>	<b>1,56</b>	<b>50</b>		<b>11,43</b>
<b>Обед</b>									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	7,5	0,33	0,06	1,56	50		11,43
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250		50,74
3	001354	Бедро куриное запеченное	226,08	16,29	17,46		90		53,74
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200		7,04
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19		1,86
			<b>508,55</b>	<b>25,55</b>	<b>25,83</b>	<b>41,15</b>			<b>154,25</b>
			<b>917,46</b>	<b>44,75</b>	<b>44,19</b>	<b>82,27</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>									
<b>Завтрак</b>									
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	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5		27,35
3	000365	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
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18		1,92
			<b>370,19</b>	<b>18,07</b>	<b>16,29</b>	<b>37,23</b>			<b>76,29</b>
<b>Обед</b>									
1	003299	Помидоры свежие	14,4	0,7	0,16	2,15	80		20,90
2	001281	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20		21,69
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40		55,73
4	002096	Капуста цветная отварная	55,68	4,64	0,55	7,8	160		57,83
5	002355	Напиток фруктово-ягодный с клюквой без сахара	10,5	0,13	0,08	2,43	200		11,20
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,46
			<b>398,92</b>	<b>23,18</b>	<b>21,63</b>	<b>26,45</b>			<b>169,81</b>
			<b>769,11</b>	<b>41,25</b>	<b>37,92</b>	<b>63,68</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог Основа О.С.  
(подпись)Технолог Погребняк С.В.  
(подпись)



Утверждаю:

Согласовано:

Директор

(подпись)

### МЕНЮ

на 25 - 26 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
<b>Среда</b>									
<b>Завтрак</b>									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	247,61	17,73	18,2	2,88	170		50,37
2	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,93
			<b>440,81</b>	<b>27,61</b>	<b>25,42</b>	<b>24,6</b>			<b>92,32</b>
<b>Обед</b>									
1	001222	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	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,11
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		1,79
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	30	0,99	0,17	6,15	15		1,46
			<b>662,06</b>	<b>32,91</b>	<b>24,13</b>	<b>77,22</b>			<b>153,78</b>
			<b>1 102,87</b>	<b>60,52</b>	<b>49,55</b>	<b>101,82</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>									
<b>Завтрак</b>									
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	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200		2,44
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			<b>323,82</b>	<b>13,68</b>	<b>7,73</b>	<b>47,95</b>			<b>54,95</b>
<b>Обед</b>									
1	003299	Помидоры свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60		15,67
2	001281	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20		21,69
3	001535	Бефстроганов из мяса (говядина) Диета БГ Диета 9	165,74	11,84	11,18	4,28	40/50		86,22
4	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150		54,22
5	000303	Капуста брокколи отварная	8,7	0,25	0,13	1,93	200		9,60
6	000014	Напиток из вишни диета 9	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,03
7	000015	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	36	1,19	0,2	7,38	18		1,72
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	403,04	27,51	16,24	36,52			191,15
			<b>726,86</b>	<b>41,19</b>	<b>23,97</b>	<b>84,47</b>	<b>Итого за день</b>		<b>246,10</b>

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Технолог

(подпись)

Основина О.С.

Погребняк С.В.

Утверждаю:  
АО Комбинат школьного питания "Центральный"

Согласовано:  
Директор \_\_\_\_\_  
(подпись)

### МЕНЮ

на 27 Март 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
<b>Завтрак</b>									
1	003690	Запеканка из творога Диета 9 со сметаной	303,09	25,75	16,62	11,1	160		88,06
2	000003	Чай чёрный	0,01				200		0,39
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
			350,1	26,22	17,02	20,9			103,66
<b>Обед</b>									
1	003635	Огурцы свежие с маслом	56,25	0,49	5,08	2,35	80		18,22
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		41,10
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		61,88
4	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150		14,23
5	00302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		3,72
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	40,32	1,28	0,21	8,32	16		1,66
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		1,63
			513,53	28,7	26,18	40,64			142,44
			863,63	54,92	43,2	61,54	Итого за день		246,10

Шеф-повар \_\_\_\_\_

(подпись)

Мед. работник \_\_\_\_\_

(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