

Утверждаю:

Директор школьного питания "Центральный"  
Исавикова О.А.

Согласовано:

Директор

(подпись)



### МЕНЮ


на 13 - 17 Апреля 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	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	114,18	17,61	4,73	0,56	90/5	72,74
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	12,01
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200	1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	21,23
			<b>392,06</b>	<b>24,53</b>	<b>9,91</b>	<b>51,05</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
2	000438	Картофель отварной с маслом сливочным	142,29	2,94	3,97	23,65	140	24,64
3	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	36,96	0,96	0,4	7,36	16	20,79
			<b>359,92</b>	<b>17,38</b>	<b>17,89</b>	<b>32,24</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90	57,06
2	001314	Картофель тушеный	130,31	2,75	4,11	20,42	150	26,51
3	000407	Чай с сахаром	48,01			12	200	1,72
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	22,41
			<b>338,39</b>	<b>20,05</b>	<b>9,98</b>	<b>41,88</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001733	Свинина отварная	171,75	11,9	13,35	0,3	50	48,76
2	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
3	000466	Рис припущенный	200,4	4,35	3,55	42,27	150	15,79
4	003413	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	23,18
			<b>442,76</b>	<b>17,88</b>	<b>17,44</b>	<b>57,44</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	002090	Бедро куриное отварное	218,88	16,29	16,66		90	53,57
2	003652	Овощи тушеные с маслом сливочным	88,36	2,7	4,92	8,18	150	22,83
3	000143	Напиток из свежих яблок	41,99	0,08	0,08	9,98	200	4,61
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	48,51	1,26	0,53	9,66	21	26,69
			<b>397,74</b>	<b>20,33</b>	<b>22,19</b>	<b>27,82</b>		<b>107,70</b>

Шеф-повар

  
(подпись)


Мед. работник

  
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

  
(подпись) Ракитина А.С.

Технолог

  
(подпись) Погребняк С.В.



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"  
Исзикова О.А.

Согласовано:

Директор

(подпись)



### МЕНЮ

на 13 - 14 Апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
	003221	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,10
			<b>433,57</b>	<b>20,93</b>	<b>19,9</b>	<b>42,23</b>		<b>70,80</b>
<b>Обед</b>								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,91
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	251,2	18,1	19,4		100	59,71
4	001169	Рагу овощное	142,66	3,14	3,77	23,86	160	22,18
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%
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	55,2	1,7	0,53	10,93	23	2,83
			<b>644,14</b>	<b>28,61</b>	<b>30,64</b>	<b>60,49</b>		<b>175,30</b>
			<b>1 077,71</b>	<b>49,54</b>	<b>50,54</b>	<b>102,72</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3	24,12
	000402	Ряженка	76,5	4,5	3,75	6,3	150	19,48
	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17	2,03
			<b>330,92</b>	<b>16,17</b>	<b>13,79</b>	<b>33,95</b>		<b>67,09</b>
<b>Обед</b>								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	001281	Суп овощной с филе куриным Диета БМ, БГ	59,05	3,97	4,01	1,72	250/20	21,69
3	001959	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,93	12,79	17,87	4,24	50/40	63,76
4	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150	54,22
5	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200	18,80
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,25
			<b>437,04</b>	<b>27,21</b>	<b>22,65</b>	<b>30,5</b>		<b>179,01</b>
			<b>767,96</b>	<b>43,38</b>	<b>36,44</b>	<b>64,45</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

*(Подпись)*  
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Технолог

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Утверждаю:

Исзикова О.А.

Согласовано  
Директор

(подпись)



### МЕНЮ

на 15 - 16 Апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вып.	Цена
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
	002810	Каша гречневая жидкая с молоком Диета сахарный диабет	186	7,94	3,45	29,74	200	16,36
	00385	Кефир	100	6	5	7,8	200	25,56
	00294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200	14,04
	00015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,93
			<b>377,2</b>	<b>17,82</b>	<b>10,67</b>	<b>50,86</b>		<b>57,89</b>
<b>Обед</b>								
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	002096	Капуста цветная отварная	55,68	4,64	0,55	7,8	160	57,83
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	4,16
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	1,89
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,91
			<b>487,89</b>	<b>32,74</b>	<b>18,85</b>	<b>46,35</b>		<b>188,21</b>
			<b>865,09</b>	<b>50,56</b>	<b>29,52</b>	<b>97,21</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	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5	27,35
3	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200	25,56
4	000003	Чай чёрный	0,01				200	0,39
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
			<b>372,85</b>	<b>18,17</b>	<b>16,31</b>	<b>38,06</b>		<b>74,43</b>
<b>Обед</b>								
1	003299	Помидоры свежие	18	0,88	0,2	2,69	100	26,12
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	002222	Овощи тушеные Диета 5	53,94	2,69	1,3	7,76	150	14,23
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	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	48	1,58	0,26	9,84	24	2,35
			<b>404,71</b>	<b>22,01</b>	<b>18,34</b>	<b>37,08</b>		<b>171,67</b>
			<b>777,56</b>	<b>40,18</b>	<b>34,65</b>	<b>75,14</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

[Подпись]  
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

А.Д. работник

[Подпись]  
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



Утверждаю:

АО Комбинат школьного питания "Центральный"  
Исзикова О.А.

Согласовано:

Директор \_\_\_\_\_  
(подпись)



### МЕНЮ

на 17 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	
Пятница								
<b>Завтрак</b>								
1	003690	Запеканка из творога со сметаной Диета 9	340,98	28,97	18,7	12,49	180	
2	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,20
			<b>390,37</b>	<b>29,5</b>	<b>19,11</b>	<b>22,5</b>		<b>116,71</b>
<b>Обед</b>								
1	003635	Огурцы свежие с маслом	49,05	0,37	4,56	1,79	60	13,75
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	41,10
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,29	12,26	16,37	2,85	50/40	55,73
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	10,79
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	46	1,52	0,25	9,43	23	2,19
			<b>699,51</b>	<b>30,24</b>	<b>32,92</b>	<b>69,17</b>		<b>129,39</b>
			<b>1 089,88</b>	<b>59,74</b>	<b>52,03</b>	<b>91,67</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

Исзикова  
(подпись)

Диетолог

Основина О.С.

(подпись)

Мед. работник

Исзикова  
(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