



**МЕНЮ**

на 20 - 21 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
	001354	Бедро куриное запеченное	200,00	10,00	17,10		11	11,11
	000230	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	10,79
	001013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,09
			463,68	22,46	23,46	38,98		69,06
<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	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90	61,88
4	002096	Капуста цветная отварная	52,2	4,35	0,52	7,31	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	2,16
			356,36	23,9	18,65	23,14		177,04
			820,04	46,36	42,11	62,12	Итого за день	246,10
<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	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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	1,63
			360,83	17,75	16,25	35,44		76,42
<b>Обед</b>								
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	160,71	6,37	11,06	8,5	250/10/10/1	25,88
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5	66,04
4	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150	54,22
5	000302	Напиток из свежих яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,72
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16	1,53
			422,3	33,94	17,68	31,67		169,68
			783,13	51,69	33,93	67,11	Итого за день	246,10

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*(Подпись)*  
(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_

Основина О.С.

(подпись)

Технолог \_\_\_\_\_

*(Подпись)*  
(подпись)

Технолог \_\_\_\_\_

Погребняк С.В.

(подпись)



АО Комбинат школьного питания "Центральный"  
Новикова О.А. \_\_\_\_\_

Директор \_\_\_\_\_  
(подпись)



### МЕНЮ

на 22 - 23 Апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Среда</b>								
<b>Завтрак</b>								
	000000	Запеканка из творога со сметаной Диета 9	303,00	25,75	10,00	11,1	100	10,00
	000013	Чай с лимоном без сахара диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,44
	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,20
			<b>392,48</b>	<b>28,68</b>	<b>19,03</b>	<b>24,23</b>		<b>122,76</b>
<b>Обед</b>								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	13,5	0,59	0,1	2,81	90	20,57
2	003505	Рассольник "Ленинградский"	175,78	6,33	11,04	12,28	250/10/10/1	29,78
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	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200	9,60
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	70,18	2,35	0,73	13,54	29	3,45
			<b>667,09</b>	<b>27,57</b>	<b>32,99</b>	<b>63,76</b>		<b>123,34</b>
			<b>1 059,57</b>	<b>56,25</b>	<b>52,02</b>	<b>87,99</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Четверг</b>								
<b>Завтрак</b>								
	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3	24,12
	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200	25,98
	000139	Чай гречишный	0,01				200	0,75
	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,88	1,52	0,25	9,88	19	1,95
			<b>312,35</b>	<b>13,86</b>	<b>11,2</b>	<b>37,78</b>		<b>52,80</b>
<b>Обед</b>								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60	15,68
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	002096	Капуста цветная отварная	52,2	4,35	0,52	7,31	150	54,22
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	15,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			<b>416,85</b>	<b>23,27</b>	<b>17,33</b>	<b>40,89</b>		<b>193,30</b>
			<b>729,2</b>	<b>37,13</b>	<b>28,53</b>	<b>78,67</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар \_\_\_\_\_

*(Подпись)*  
(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_

Основина О.С.  
(подпись)

Сотрудник \_\_\_\_\_

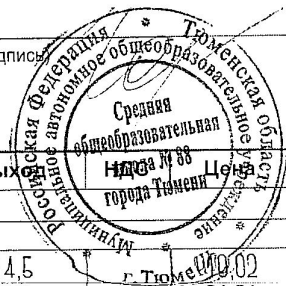
*(Подпись)*  
(подпись)

Технолог \_\_\_\_\_

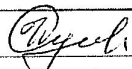
Погребняк С.В.  
(подпись)

**МЕНЮ**

на 24 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ 88/1





№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	10,02
2	003484	Запеканка из творога Диета 9	285,24	25,34	15,12	10,51	150	81,31
3	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200	7,04
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,93
			<b>385,92</b>	<b>30,65</b>	<b>19,09</b>	<b>21,16</b>		<b>109,30</b>
<b>Обед</b>								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	22,86
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	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150	5,31
5	001010	Чай с апельсином диета 9	2,74	0,06	0,01	0,57	200	2,24
6	003005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	55,44	1,76	0,29	11,44	22	2,26
			<b>573,71</b>	<b>32,58</b>	<b>24,16</b>	<b>56,07</b>		<b>136,80</b>
			<b>959,63</b>	<b>63,23</b>	<b>43,25</b>	<b>77,23</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Диетолог \_\_\_\_\_ Основина О.С.  
(подпись)

Мед. работник

  
\_\_\_\_\_  
(подпись)

Технолог  Погребняк С.В.  
(подпись)

## МЕНЮ

на 20 - 24 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Ралко Федора СОШ 88/1



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	
<b>Понедельник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	003548	Филе грудки куриное отварное	91,5	14,61	3,66		60	
2	000466	Рис припущенный	200,4	4,35	3,55	42,27	150	15,79
3	001358	Чай с лимоном	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	2,88
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	22,15
			<b>396,56</b>	<b>20,54</b>	<b>8,05</b>	<b>64,1</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	000198	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	90,08	13,89	3,73	0,44	70/5	58,31
2	000486	Картофель отварной с маслом сливочным	152,45	3,15	4,25	25,34	150	26,40
3	003121	Чай с сахаром	16,01			4	200	0,83
4	000025	Хлеб без глютена "Белый"	39,27	1,02	0,43	7,82	17	22,16
			<b>297,81</b>	<b>18,06</b>	<b>8,41</b>	<b>37,6</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	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	19,02
3	003550	Каша молочная "Дружба" на кокосовом молоке без масла	166,82	3,42	3,14	31,95	200/5	28,52
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
5	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,76
			<b>435,37</b>	<b>9,64</b>	<b>15,07</b>	<b>65,25</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</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	000131	Гречка отварная рассыпчатая	174,42	5,3	4,63	27,53	150	12,80
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	22,53
			<b>437,36</b>	<b>20,11</b>	<b>18,73</b>	<b>46,97</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>								
<b>Завтрак</b>								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,21
2	003643	Свинина отварная диетическая	192,05	13,36	15,03		50	49,62
3	001189	Рис припущенный с овощами	188,02	3,89	4,77	35,83	150	18,52
4	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
5	000025	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	25,58
			<b>501,25</b>	<b>19,51</b>	<b>20,32</b>	<b>62,64</b>		<b>107,70</b>

Специалист по организации индивидуального питания

  
(подпись)


Технолог

  
(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

  
(подпись) Ракитина А.С.

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