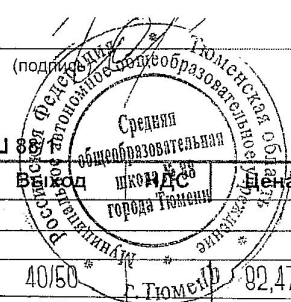


МЕНЮ

на 27 - 28 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ №8



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50	92,47
2	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150	10,79
3	000140	Чай Ройбуш	0,01				200	1,51
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,92
			404,44	18,34	17,86	42,23		96,69
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	18,29
2	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты Диета 9	123,78	4,42	6,3	11,79	250	50,74
3	002287	Котлета куриная паровая	120,8	16,28	5,44	1,64	90	57,06
4	001347	Овощи тушеные	60,88	2,9	1,45	8,96	170	14,29
5	000312	Напиток яблочный без сахара	12,25	0,1	0,1	2,45	200	7,04
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	42	1,39	0,23	8,61	21	1,99
			371,71	25,61	13,61	35,95		149,41
			776,15	43,95	31,47	78,18	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
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	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	70,56	2,24	0,36	14,56	28	3,00
			397,39	18,87	16,42	43,03		77,79
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	20,91
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	52,2	4,35	0,52	7,31	150	54,22
5	002355	Напиток фруктово-ягодный с клюквой без сахара	10,5	0,13	0,08	2,43	200	11,20
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,11
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,45
			445,84	24,49	21,86	36,36		168,31
			843,23	43,36	38,28	79,39	Итого за день	246,10

Составил

(подпись)

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

(подпись)

Диетолог

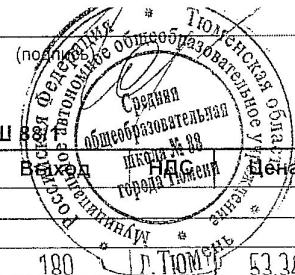
Основа О.С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 29 - 30 Апреля 2 026 г. Комплекс №1 Диета Савкина Ярослава СОШ

№	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Вит. А	Вит. С	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		53,31
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
3	000294	Цикорий с молоком диета 9	51,2	2,56	2	5,12	200		14,04
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18		2,26
			456,58	28,66	26,68	24,52			95,20
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		18,29
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/		39,44
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	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,16
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,45
			648,3	33,14	24,83	71,93			150,90
			1 104,88	61,8	51,51	96,45	Итого за день		246,10
Четверг									
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	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		1,85
4	000078	Фрукт апельсин свежий	70,2	1,62	0,36	14,58	180	10%	36,95
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,92
			346,34	14,82	7,69	52,67			76,10
Обед									
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		21,70
3	001417	Бефстроганов из мяса (свинина) Диета БГ Диета 9	64,22	1,97	3,9	5,04	40/50		52,47
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	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		1,91
			239,12	12,56	8,91	26,25			170,00
			585,46	27,38	16,6	78,92	Итого за день		246,10

Шеф-повар

Orly
(подпись)

Диетолог

Основа О.С.

(подпись)

Мед. работник

2
(подпись)

Технолог

Погребняк С.В.

(подпись)



МЕНЮ

на 27 - 30 Апреля 2026 г. Комплекс №1 Диета Ралко Федора СОШ 88/1

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
	002090	Бедро куриное отварное	218,88	16,20	16,66		00	
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
			393,03	20,21	22,14	26,88		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	002055	Свинина отварная	171,75	11,9	13,35	0,3	50	48,76
2	000488	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
			396,67	16,52	18,2	40,77		107,70
Среда								
Завтрак								
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	003651	Каша рисовая с маслом слив.на кокосовом молоке	172,86	2,28	6,36	27,39	200/5	36,04
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"	50,82	1,32	0,55	10,12	22	28,09
			399,59	9,25	19,16	47,73		107,70
Четверг								
Завтрак								
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
			360,5	21,11	8,2	55,14		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Технолог

(подпись)

Специалист по организации индивидуального питания

Ракитина А.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