



МЕНЮ

на 21 - 22 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	001065	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29		34,10
2	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		51,63
3	001012	Какао-напиток молочный с 13 витаминами диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		19,66
4	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		2,44
			549,54	34,5	35,17	22,81			133,39
		Обед							
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		9,31
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		45,65
3	001212	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски" диета БГ Диета 9	196,85	12,12	14,86	2,82	50/40		45,28
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,29
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,24
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		4,94
			633,39	30,28	27,6	64,15			112,71
			1 182,93	64,78	62,77	86,96	Итого за день		246,10
Вторник									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3		22,45
3	001011	Кофейный напиток с цикорием и молоком диета 9	60,5	3,31	2,53	5,39	200		14,43
4	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22		5,46
			425,09	21,48	17,88	42,27			85,37
		Обед							
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,76	6,4	2,91	100		15,30
2	003999	Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной Диета сахарный диабет	189,98	8,33	11,65	12,36	230/20/10		35,73
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150		62,44
4	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,40
5	000089	Фрукт нектарин свежий	50,6	1,27	0,35	10,24	115	10%	23,92
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		4,94
			651,49	26,82	34,56	56,08			160,73
			1 076,58	48,3	52,44	98,35	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

(подпись)

Основина О. С.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.

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

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 23 - 24 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
		Завтрак							
1	004004	Запеканка творожная со сметаной Диета 9	317,36	23,4	14,81	20,99	160		77,74
2	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,45
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
4	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродие" 20гр					1шт/20 гр	10%	21,58
			364,37	23,87	15,21	30,79			114,98
		Обед							
1	003934	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим Диета сахарный диабет	43,66	1,02	3,11	2,82	60		5,29
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	250/20/1		34,87
3	000279	Рыба припущенная (минтай) с маслом растительным	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		74,83
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,29
5	000310	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника) диета 9	11,25	0,18	0,11	1,75	200		9,20
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	35,28	1,12	0,18	7,28	14		1,64
			613,51	35,66	27,63	54,45			131,12
			977,88	59,53	42,84	85,24	Итого за день		246,10
Четверг									
		Завтрак							
1	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		56,94
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150		9,55
3	003933	Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет	3,71	0,1	0,04	0,73	200		7,58
4	003444	Батончик овсяный с абрикосом "Петродие" 20гр					1шт/20 гр	10%	21,58
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,91
			422,97	20,96	18,77	42,13			98,56
		Обед							
1	003642	Филе грудки куриное отварное	152,5	24,4	6,1		100		83,04
2	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		9,80
3	003935	Суп-пюре из картофеля Диета БГ	149,12	4,23	6,95	16,77	250		27,19
4	001347	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150		13,34
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		10,40
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,4	1,92	0,6	12,35	26		3,77
			438,44	33,88	15,15	41,46			147,54
			861,41	54,84	33,92	83,59	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



МЕНЮ

на 25 - 26 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
		Завтрак							
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3		22,45
3	003938	Чай с шиповником Диета сахарный диабет	12,61	0,2	0,08	2,9	200		1,94
4	001496	Кефир	80	4,8	4	6,24	2шт/80 мл	10%	34,11
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,22
			350,5	15,7	14,08	38,44			90,77
		Обед							
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	72,75	0,76	6,4	2,91	100		15,30
2	004007	Суп картофельный курицей, со сметаной и зеленью	189,33	6,6	9,79	18,51	250/10/10/1		28,55
3	001215	Мясо тушеное с овощами диета БГ Диета 9	211,71	12,18	16,36	3,08	50/40		46,38
4	000754	Капуста цветная отварная с маслом растительным	97,2	4,35	5,52	7,31	150		54,54
5	003932	Напиток из абрикоса сушеного без сахара	61	1,25	0,1	13,25	200		6,48
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17		2,06
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17		2,02
			708,83	27,62	38,58	60,87			155,33
			1 059,33	43,32	52,66	99,31	Итого за день		246,10
Суббота									
		Завтрак							
1	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5		51,63
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
3	001011	Кофейный напиток с цикорием и молоком диета 9	60,5	3,31	2,53	5,39	200		14,39
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22		5,55
			510,78	27,41	28,37	34,58			112,34
		Обед							
1	003909	Огурцы свежие с маслом	59,5	0,63	5,1	3,03	100		13,27
2	002216	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ № 9 (кукурузные рожки)	236,18	9,88	12,2	21,58	250/20/1		35,55
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150		59,19
4	000305	Напиток из черной смородины диета 9	9,25	0,25	0,1	1,83	200		18,40
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,42
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		4,93
			688,66	29,25	37,02	58,69			133,76
			1 199,44	56,66	65,39	93,27	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основа О. С.

(подпись)

Мед. работник

(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