Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Новикова О.А. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 5 - 6 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
		Понедельник						
		Завтрак						
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	20,62
2	001721	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным	189,49	6,51	8,26	21,36	200/2/5	39,15
3	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,82
4	003339	Блинчики	151,46	3,67	8,66	15,61	50	24,23
5	003891	Творог обогащённый с малиной и со вкусом пломбира ТМ "Растишка"	47,25	2,88	1,58	5,4	45	19,90
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			621,55	**24,16**	**26,46**	**70,84**		**129,63**
		Обед						
1	001122	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	001423	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	133,84	9,24	5,61	11,65	200/30/1	37,30
3	001745	Гуляш мясной	168,4	9,89	12,58	3,34	40/50	36,37
4	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	53,24	1,78	0,55	10,27	22	3,22
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			775,46	**30,42**	**24,58**	**107,19**		**116,47**
			1 397,01	**54,58**	**51,04**	**178,03**	**Итого за день**	**246,10**
		Вторник						
		Завтрак						
1	002806	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75	9,35
2	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	20,62
3	003918	Суп молочный с макаронными изделиями	148,88	5,88	5,13	18,53	200	22,47
4	001359	Кофейный напиток с цикорием и молоком	95,1	3,91	3,03	12,17	200	17,66
5	003890	Творог с земляникой и дыней со вкусом банановое мороженое ТМ "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,27	45	19,90
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,06
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	44,4	2,74	0,56	7,1	20	3,45
			529,6	**22,16**	**20,91**	**61,02**		**95,51**
		Обед						
1	003640	Помидоры свежие с маслом	61,44	0,65	5,48	2,01	80	12,71
2	002228	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/1	35,51
3	003345	Жаркое "По-деревенски" с мясом	281,91	14,45	15,38	20,58	50/150	62,44
4	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	17,28
5	003848	Нектар яблочно-грушевый с мякотью 125мл. ТМ "Мой"	60			15	1шт/125мл	16,66
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
7	000029	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	46,62	2,88	0,59	7,46	21	3,57
			771,27	**26,28**	**33,24**	**89,83**		**150,59**
			1 300,87	**48,44**	**54,15**	**150,85**	**Итого за день**	**246,10**

Шеф-повар _____ (подпись)

Мед. работник _____ (подпись)

Старший калькулятор _____ Бегомолова Е. Н. (подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В. (подпись)

Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Новикова О.А. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 7 - 8 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
		Завтрак						
1	003900	Сырники творожные	242,28	16,44	10,44	20,64	2 шт/60	90,00
2	002807	Молоко сгущёное с сахаром	46,2	0,98	1,19	7,84	14	7,78
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	002909	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	9,01
			441,25	**20,64**	**13,79**	**55,04**		**122,91**
		Обед						
1	001408	Салат "Витаминный" из свежей капусты	32,63	0,1	3,01	1,27	60	5,24
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/1	31,48
3	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	90	53,50
4	003172	Плов овощной	205,6	4,7	3,15	43,78	150	15,72
5	004019	Напиток "Вкус лета"	44	0,08	0,02	10,7	200	11,20
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81	21	3,13
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,92
			925,13	**36,14**	**38,79**	**109,8**		**123,19**
			1 366,38	**56,78**	**52,58**	**164,84**	**Итого за день**	**246,10**
Четверг								
		Завтрак						
1	002691	Котлета мясная "Белорусская"	182,27	10,1	11,23	10,2	90	42,10
2	003627	Гречка отварная рассыпчатая	190,6	5,9	4,75	30,67	150	9,55
3	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,05
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			566,72	**21,64**	**19,2**	**76,44**		**81,55**
		Обед						
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,66
2	002629	Суп-пюре из картофеля с гренками	195,52	5,79	7,19	26,3	250/10	29,63
3	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	180/5	86,26
4	004018	Напиток "Вишенка"	44	0,08	0,02	10,88	200	11,20
5	000074	Фрукт яблоко свежее	70,5	0,71	0,6	14,7	150	22,82
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,98
			764,32	**22,21**	**44,9**	**107,65**		**164,55**
			1 331,04	**43,85**	**64,1**	**184,09**	**Итого за день**	**246,10**

Шеф-повар _____ (подпись)

Мед. работник _____ (подпись)

Старший калькулятор _____ Богомолова Е. Н. (подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В. (подпись)

АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Новикова О.А. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 9 - 10 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
		Завтрак						
1	003431	Тост с ржаным хлебом, маслом сливочным и сыром "Гауда"	144,1	6,3	10,47	6,16	17/8,75/14	30,02
2	001723	Каша молочная пшённая с маслом сливочным	198,18	6,81	7,86	24,31	200/5	25,60
3	001591	Чай с шиповником	32,61	0,2	0,08	7,9	200	2,52
4	001485	Ряженка м.д.ж. 2,5% апельсин	95,52	4,8	4	10,08	2шт/80 мл	40,77
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
			517,41	**18,68**	**22,81**	**58,25**		**114,12**
		Обед						
1	003635	Огурцы свежие с маслом	42,19	0,37	3,81	1,76	60	7,70
2	003922	Рассольник "Ленинградский" с курицей, сметаной и зеленью	162,76	5,84	9,65	12,9	250/10/10/1	28,01
3 *	001343	Мясо свинины тушеное с овощами	170,55	9,97	12,71	3,47	40/50	37,07
4	001873	Пюре картофельное	157,26	3,76	4,66	24,82	170	27,10
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
6	000104	Сок яблочно-шиповниковый вост. осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	19,99
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,06
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	18	2,64
			769,3	**23,88**	**31,56**	**95,97**		**131,98**
			1 286,71	**42,46**	**54,37**	**154,22**	**Итого за день**	**246,10**
Суббота								
		Завтрак						
1	000347	Бутерброд с маслом	114,6	1,72	7,75	9,48	20/10	14,27
2	000173	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	51,63
3	001359	Кофейный напиток с цикорием и молоком	95,1	3,91	3,03	12,17	200	17,66
4	001486	Ряженка м.д.ж. 2,5% печеное яблоко	82,08	4,8	4	6,72	2шт/80 мл	40,77
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,92
			591,36	**27,6**	**34,93**	**40,48**		**127,25**
		Обед						
1	003640	Помидоры свежие с маслом	61,44	0,65	5,48	2,01	80	12,71
2	002011	Суп-лапша с курицей и зеленью *	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,88
3	002698	Бигус со свининой	197,71	12,23	14,96	2,77	50/150	59,19
4	003892	Напиток смородиновый	44	0,04		11,2	200	14,40
5 *	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22	3,25
			610,1	**25,94**	**33,26**	**50,63**		**118,85**
			1 201,46	**53,54**	**68,19**	**91,11**	**Итого за день**	**246,10**

Шеф-повар _____ (подпись)

Старший калькулятор _____ Богомолова Е. Н. (подпись)

Мед. работник _____ (подпись)

Технолог _____ Погребняк С. В. (подпись)