



МЕНЮ

на 12 - 13 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

на 12 - 13 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед-ужин									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Понедельник									
		Завтрак							
1	000261	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным диета 9	174,01	6,68	7,4	19,86	200/5		24,98
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	001477	Хлебцы гречневые с витаминами 10гр ТМ Dr. Korner	28,3	1,2	0,3	5,2	1шт/10гр	10%	24,10
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	50,4	1,55	0,48	9,98	21		3,03
			413,21	18,74	15,71	48,23			92,06
		Обед							
1	003642	Филе грудки куриное отварное	137,25	21,96	5,49		90		74,73
2	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		9,80
3	001690	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты БГ, Диета 9	144,98	5,62	7,3	13,35	250		36,88
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	243	7,02	7,34	36,72	180		6,34
5	000302	Напиток из яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		5,80
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20		2,91
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		2,37
			682,53	38,61	21,42	81,87			154,04
			1 095,74	57,35	37,13	130,1	Итого за день		246,10
Вторник									
		Завтрак							
1	003307	Жаркое "По-домашнему" с мясом птицы	188,98	15,6	5,13	20,02	50/150		58,89
2	001012	Какао-напиток молочный с 13 витаминами диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200		19,66
3	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
4	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	57,6	1,78	0,55	11,4	24		3,43
			354,68	21,57	9,03	45,42			97,19
		Обед							
1	001498	Салат Витаминный из свежей капусты Диета 9	61,27	1,5	4,16	4,29	80		5,47
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1		45,65
3	002610	Гуляш из говядины п/ф БГ диета 9	170,02	12,17	12,04	3,34	40/50		82,37
4	003288	Гречка отварная рассыпчатая	202,5	5,85	6,12	30,6	150		5,29
5	000304	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200		4,80
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,42
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,91
			707,47	32,72	28,97	78,34			148,91
			1 062,15	54,29	38	123,76	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Диетолог

Основа О. С.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)

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

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

на 14 - 15 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Среда									
Завтрак									
1	001277	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5		17,05
2	001250	Омлет запеченный натуральный	233,05	16,68	17,13	2,71	160		49,37
3	000402	Ряженка	102	6	5	8,4	200		25,98
4	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,45
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		4,94
			430,49	28,33	26,46	19,27			97,79
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80		9,80
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	004039	Филе минтай тушеный в томате с овощами Диета сахарный диабет	114,66	12,82	5,66	3,03	100		54,30
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150		23,91
5	000306	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200		2,24
6	002899	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	41,14	1,38	0,43	7,94	17		2,48
8	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20		4,82
			674,52	30,61	23,59	83,82			148,31
			1 105,01	58,94	50,05	103,09	Итого за день		246,10
Четверг									
Завтрак									
1	000270	Каша молочная ячневая с маслом диета 9	162,46	6,34	5,95	19,5	200/3		22,45
2	000385	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150		19,17
3	003933	Чай "Ягодка" Диета сахарный диабет	3,71	0,1	0,04	0,73	200		7,58
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			336,17	12,89	10,6	45,38			67,33
Обед									
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60		9,31
2	003943	Суп картофельный с перловкой с мясом говядины, со сметаной и зеленью	187,73	7,93	11,42	13,15	250/20/10/1		55,26
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	002126	Капуста брокколи отварная	81,61	8,35	0,17	11,66	150		53,46
5	000303	Напиток из вишни диета 9	8,7	0,25	0,13	1,93	200		10,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18		2,14
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20		2,92
			579,05	32,1	27,39	50,03			178,77
			915,22	44,99	37,99	95,41	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



МЕНЮ

на 16 - 17 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

на 16 - 17 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОБД									
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	НДС	Цена
Пятница									
Завтрак									
1	004004	Запеканка творожная со сметаной Диета 9	317,36	23,4	14,81	20,99	160		77,74
2	003570	Чай с лимоном без сахара	1,71	0,05	0,01	0,15	200/5		2,14
3	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	10%	17,06
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	10%	15,21
			406,07	26,32	17,22	34,06			112,15
Обед									
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60		7,35
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом, сметаной и зеленью	168,11	6,66	11,57	8,89	250/20/10/1		32,75
3	000279	Рыба припущенная (филе минтая, лук реп., масло под., соль)	126,08	17,56	6,1	0,49	90/5		74,83
4	003290	Булгур припущенный	194,41	4,85	5,6	30,69	150		8,85
5	003932	Напиток из абрикоса сушеного без сахара	61	1,25	0,1	13,25	200		6,48
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	62	2,05	0,34	12,71	31		3,69
			620,6	32,76	23,78	67,91			133,95
			1 026,67	59,08	41	101,97	Итого за день		246,10
Суббота									
Завтрак									
1	001250	Омлет запеченный натуральный	262,18	18,77	19,27	3,05	180		55,55
2	000385	Кефир	100	6	5	7,8	200		25,56
3	000003	Чай чёрный без сахара	0,01				200		0,45
4	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	62	2,05	0,34	12,71	31		3,64
			424,19	26,82	24,61	23,56			85,20
Обед									
1	003934	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим Диета сахарный диабет	58,21	1,36	4,15	3,76	80		7,05
2	002259	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью БГ, БМ Диета 9	183,93	4,59	8,31	22,37	250/15/1		33,36
3	002321	Котлета мясная паровая диета 9, БГ, БМ	180,66	13,48	13,52	1,23	90		56,94
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,7	3,36	1,82	27,38	150		21,76
5	000302	Напиток из яблок без сахара	9,9	0,08	0,08	1,96	200		5,80
6	000083	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	10%	31,20
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20		2,42
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20		2,37
			709,8	26,59	28,76	83,4			160,90
			1 133,99	53,41	53,37	106,96	Итого за день		246,10

Шеф-повар

(подпись)

Диетолог

Основина О. С.

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)