



утверждаю:

Исвикова О.А.

Директор

Согласовано:

(подпись)

МЕНЮ

на 12 - 13 Октября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОВЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001725	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	210,17	6,3	8,07	27,67	220/5	27,49
2	001359	Кофейный напиток с цикорием и молоком	95,1	3,91	3,03	12,17	200	17,66
3	003397	Мармелад со вкусом "Голубика-смородина-апельсин"	54,36	0,3	1,32	10,32	1шт/12гр	10,27
4	003332	Оладьи мини	122,02	3,02	3,32	20,02	40	26,24
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	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,92
			576,45	17,89	17,78	84,95		104,48
Обед								
1	001322	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	7,35
2	001306	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	214,43	8,79	8,67	24,29	250/10	44,70
3	003701	Наггетсы куриные хрустящие	181,95	8,03	10,23	14,45	3 шт/26 гр	50,85
4	001365	Макаронные изделия отварные	271,15	7,16	5,22	48,9	160	11,91
5	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,17
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	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"	42	1,39	0,23	8,61	21	2,52
			855,83	27,93	26,4	127,23		141,62
			1 432,28	46,82	43,18	212,18	Итого за день	246,10
Вторник								
Завтрак								
1	003415	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	12,92
2	003307	Жаркое "По-домашнему" с мясом птицы	198,36	16,38	5,39	21,02	40/160	60,29
3	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,82
4	000130	Мороженое фруктовое "Сорбет Манго"	74,9	0,11	0,21	18,2	1шт/70гр	43,62
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,90
			516,11	23,79	16,24	67,82		142,55
Обед								
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	60	5,24
2	001423	Уха Рыбачья с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	45,65
3	000185	Гречка по-купечески	331,36	15,32	17,07	28,07	40/170	41,47
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	5,50
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,96	1,84	0,3	11,96	23	2,77
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,92
			686,43	29,89	26,88	79,68		103,55
			1 201,54	53,68	43,12	147,5	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богданова Е. Н.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



утверждаю:

Исвикова О.А.

Директор

(подпись)

МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	000043	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	10,79
2	001644	Тост с ржаным хлебом и сыром "Гауда"	86,17	6,22	4,13	6,04	17/14,5	20,67
3	001721	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным	189,49	6,51	8,26	21,36	200/2/5	39,15
4	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
5	002078	Йогурт питьевой печеное яблоко	118,4	4,48	4	17,6	2шт/80 мл	42,43
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,92
			524,57	18,93	24,14	58,48		116,87
Обед								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,66
2	002011	Суп-лапша с курицей и зеленью *	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,88
3	002369	Филе минтай тушеный в томате с овощами	121,06	12,82	5,66	4,63	50/50	54,49
4	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160	25,50
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,91
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	4,85
			643,2	30,59	23,29	76,9		129,23
			1 167,77	49,52	47,43	135,38	Итого за день	246,10
Четверг								
Завтрак								
1	003415	Тост пшеничный с маслом сливочным	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	12,92
2	003907	Суп молочный с крупой рисовой	132,36	5,06	5,07	15,97	200	21,30
3	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	003339	Блинчики	151,46	3,67	8,66	15,61	50	24,23
6	000219	Джем Груша и банан Махеев	40,8			10,2	15	7,81
7	003891	Творог обогащенный с малиной и со вкусом пломбира ТМ "Растишка"	47,25	2,88	1,58	5,4	45	19,90
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,90
			605,73	15,16	22,94	84,33		112,78
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	12,6	0,61	0,14	1,88	70	10,86
2	002891	Суп картофельный с рисом с мясом говядины, со сметаной и зеленью	187,78	7,81	11,42	13,52	250/20/10/1	55,39
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	161,45	9,86	11,9	3,16	40/50	36,21
4	001367	Макаронные изделия отварные (опирали)	255,8	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	003895	Напиток вишнёвый	42	0,04		10,4	200	14,40
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,38
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91
			758,03	28,11	29,07	94,7		133,32
			1 363,76	43,27	52,01	179,03	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Бегоня Е. Н.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



Директор
Исидорова О.А.

Сотрудники

(подпись)

МЕНЮ

на 16 - 17 Октября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед ОБЗ с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница								
Завтрак								
1	003920	Запеканка из творога	307,82	22,75	12,86	23,85	150	67,96
2	002807	Молоко сгущенное с сахаром	79,2	1,68	2,04	13,44	24	12,92
3	001624	Чай с лимоном	17,71	0,05	0,01	4,15	200/5	2,60
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
			541,49	27,7	17,07	64		107,70
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	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
4	001330	Рис припущенный	212,52	4,54	4,09	44,11	160	12,98
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
6	001496	Кефир	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	17,06
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,44
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	2,21
			832,68	29,95	36,65	101,94		138,40
			1 374,17	57,65	62,72	165,94	Итого за день	246,10
Суббота								
Завтрак								
1	003415	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	12,92
2	001250	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	46,29
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
4	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	124,8	4,8	4	17,6	2шт/80 мл	34,94
5	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	2,01
			496,44	23,06	26,98	40,23		97,07
Обед								
1	002390	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим	46,66	1,02	3,11	3,57	60	5,38
2	003095	Суп картофельный с макаронами, с мясом свинины и зеленью	191,96	7,07	10,67	16,31	250/20/1	29,74
3	003094	Котлета мясная "По-деревенски"	201,02	11,13	11,02	14,33	90	45,51
4	001316	Картофельные дольки запеченные	139,7	3,36	1,82	27,38	150	21,76
5	004020	Напиток "Ягодно-яблочный"	44	0,08	0,04	10,74	200	11,20
6	000083	Фрукт киви свежие	47	0,8	0,4	8,1	100	31,20
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	2,23
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	2,01
			749,7	26,02	27,48	96,76		149,03
			1 246,14	49,08	54,46	136,99	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Технолог

(подпись)

Богданова Е. Н.

Погребняк С. В.