Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 12 - 16 Января 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Завтрак						
1	00004	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	14,37
2	00165	Кукуруза сладкая, бланшированная	22	1		4,5	50	18,69
3	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	370,56	17,58	15,09	40,51	60/170	65,44
4	00341	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
5	00002	Хлеб пшеничный тостовый	53,2	1,66	0,46	10,58	20	2,93
6	00029	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	58,75	2,2	0,85	10,2	25	4,59
			587,64	**22,57**	**23,65**	**70,02**		**107,70**
Вторник								
		Завтрак						
1	00019	Тост двойной "Дуэт"с сыром "Гауда"	188,38	12,06	8,57	15,75	19/19/29	44,87
2	00172	Каша молочная рисовая с маслом	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	29,52
3	00341	Чай с лимоном и сахаром	17,03	0,03		4,09	200/3	1,68
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	00007	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,20
			510,77	**20,99**	**18,81**	**63,29**		**107,70**
Среда								
		Завтрак						
1	00349	Наггетсы куриные хрустящие	190,2	8,4	10,68	15,12	84	53,44
2	00134	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150	12,61
3	00360	Напиток фруктовый (яблоко)	26,88			6,72	200	8,47
4	00339	Мармелад со вкусом "Вишня-апельсин"	34,8	0,24	1,44	5,64	1шт/12гр	9,75
5	00000	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,96	1,84	0,3	11,96	23	2,47
6	00001	Хлеб ржаной йодированный	36	1,11	0,35	7,13	15	1,85
7	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	46,8	2,88	1,58	5,31	45	19,11
			446,36	**17,03**	**15,63**	**59,79**		**107,70**
Четверг								
		Завтрак						
1	00304	Котлета рыбная "Нежная"	225,84	12,1	17,68	4,59	90	51,35
2	00187	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
3	00016	Напиток из ягод (смородина, вишня,	43,25	0,18	0,11	9,75	200	10,09
4	00333	Оладьи	88,12	2,11	2,62	14,01	35	18,31
5	00001	Хлеб ржаной йодированный	60	1,85	0,58	11,88	25	3,07
			555,97	**19,56**	**25,1**	**62,13**		**107,70**
Пятница								
		Завтрак						
1	00200	Капуста свежая с маслом	62,07	1,3	4,14	4,75	80	8,31
2	00287	Плов ароматный с мясом	329,07	15,64	14,85	35,92	40/160	54,26
3	00014	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,40
4	00165	Йогурт питьевой клубника-земляника	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	00007	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	00001	Хлеб ржаной йодированный	64,8	2	0,62	12,83	27	3,30
			619,74	**22,19**	**22,23**	**85,83**		**107,70**

Шеф-повар _____
(подпись)

Старший калькулятор _____ Грицюк О.М.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С.В.
(подпись)

Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 12 - 16 Января 2 026 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Завтрак						
1	001880	Мясо птицы в соусе из протертых томатов с сыром и макаронным гарниром	329,41	22,37	8,23	41,03	125/50/25	74,53
2	00363	Печенье "Кокосанка"	271,43	2,84	16,55	27,78	50	12,19
3	00013	Чай гречишный	0,01				200	0,75
4	00009	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
5	00001	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	38	1,25	0,21	7,79	19	1,82
			669,25	**27,1**	**25,15**	**82,6**		**107,70**
Вторник								
		Завтрак						
1	00341	Тост пшеничный с маслом сливочном	103,15	1,5	6,73	9,12	17/8,75	16,69
2	00304	Котлета из белой рыбки *	254,02	13,56	19,34	6,44	90	49,53
3	00187	Пюре картофельное	157,26	3,76	4,66	24,82	170	28,20
4	00015	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
5	00001	Хлеб ржаной йодированный	55,2	1,7	0,53	10,93	23	2,79
			610,33	**20,77**	**31,39**	**61,24**		**107,70**
Среда								
		Завтрак						
1	001720	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным	183,8	6,1	7,6	21,75	200/2/5	39,97
2	00014	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	4,82
3	00009	Фрукт мандарин свежий	30,4	0,64	0,16	6	80	18,41
4	00360	Печенье овсяное "Клюковка"	248,29	3,66	9,21	37,69	50	23,42
5	00001	Хлеб ржаной йодированный	38,4	1,18	0,37	7,6	16	1,97
6	000119	Творог обогащенный "Растишка" лесные ягоды и персик-груша	46,8	2,88	1,58	5,31	45	19,11
			608,51	**15,02**	**19,05**	**92,51**		**107,70**
Четверг								
		Завтрак						
1	00280	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75	13,62
2	00230	Котлета мясная "По-деревенски"*	212,21	12,02	11,36	15,48	90	46,48
3	00317	Плов овощной	205,62	4,7	3,16	43,77	150	17,68
4	00017	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,57
5	00174	Напиток кисломолочный кефирный	53,2	2,4	2	6,4	1шт/80 мл	20,38
6	00001	Хлеб ржаной йодированный	57,6	1,78	0,55	11,4	24	2,97
			628,46	**21,07**	**23,49**	**87,13**		**107,70**
Пятница								
		Завтрак						
1	00280	Масло сладко-сливочное порционно	57,93	0,09	6,34	0,12	8,75	13,62
2	00341	Запеканка из творога	302,76	23,84	14,71	17,41	150	76,43
3	00249	"Крендель сахарный" 50гр.	248,11	3,43	10,98	33,82	50	8,51
4	00280	Молоко сгущёное с сахаром	49,5	1,05	1,28	8,4	15	7,22
5	00000	Чай чёрный	0,01				200	0,39
6	00001	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	32	1,06	0,18	6,56	16	1,53
			690,31	**29,47**	**33,49**	**66,31**		**107,70**

Шеф-повар _____
(подпись)

Старший калькулятор _____ Грицюк О.М.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С.В.
(подпись)

Утверждаю:
АО Комбинат школьного питания "Центральный"
Горохова Е.С. _____

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 12 - 16 Января 2 026 г. Комплекс №1 Обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Обед						
1	00200	Капуста свежая с маслом	54,31	1,14	3,62	4,16	70	7,27
2	001306	Нежный сливочный суп-пюре из цветной капусты с гренками	137,2	5,04	5,32	16,99	200/10	41,87
3	00349	Наггетсы куриные хрустящие	190,2	8,4	10,68	15,12	84	53,44
4	00334	Макаронные изделия отварные	261	6,66	5,7	45,76	150	8,89
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. востановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
6	00029	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	44,65	1,67	0,65	7,75	19	3,53
			779,36	**22,91**	**25,97**	**112,78**		**138,40**
Вторник								
		Обед						
1	00363	Огурцы свежие с маслом	49,22	0,43	4,45	2,06	70	15,95
2	000055	Суп овощной с мини пельменями из курицы "Нежные"	130,2	4,02	11,77	13,55	200/50	24,57
3	00207	Мясо тушеное в томате с перцем	200,48	12,4	14,86	3,7	50/40	58,40
4	00187	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	24,88
5	00015	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	10,49
6	00000	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
7	00001	Хлеб ржаной йодированный	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,32
			647,8	**23,19**	**35,98**	**69,01**		**138,40**
Среда								
		Обед						
1	00329	Помидоры свежие	12,6	0,61	0,14	1,88	70	18,28
2	002702	Щи из свежей капусты и картофеля с мясом,сметаной и зеленью	148,61	5,89	10,23	7,86	230/10/10/1	24,99
3	00202	Горбуша тушеная в томате с овощами	154,54	12,82	9,38	4,63	100	72,04
4	00133	Рис припущенный	199,22	4,26	3,83	41,35	150	16,17
5	00015	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,77
6	00000	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	1,79
7	00001	Хлеб ржаной йодированный	45,6	1,41	0,44	9,03	19	2,36
			665,19	**26,81**	**24,26**	**88,5**		**138,40**
Четверг								
		Обед						
1	00200	Капуста свежая с маслом	77,59	1,63	5,18	5,94	100	10,39
2	001385	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	294,86	14,79	12,64	28,43	250/20/10/1	32,89
3	00217	Бефстроганов из мяса	212,52	12,71	15,87	3,85	50/40	60,12
4	00307	Картофельные дольки по-деревенски	135,52	3,26	1,76	26,57	150	20,40
5	00016	Напиток из ягод	42,5	0,13	0,1	10,25	200	10,09
6	00001	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,39
7	00001	Хлеб ржаной йодированный	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,12
			852,19	**35,4**	**36,44**	**92,46**		**138,40**
Пятница								
		Обед						
1	00132	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	13,71
2	00142	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	128,65	8,88	5,39	11,2	200/20/1	26,42
3	00167	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	45/45	59,42
4	00134	Овощи тушеные	53,72	2,56	1,28	7,91	150	12,61
5	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. востановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	23,40
6	00001	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	58,08	1,94	0,6	11,21	24	2,84
			553,07	**25,37**	**22,27**	**62,25**		**138,40**

Шеф-повар _____
(подпись)

Старший калькулятор _____ Грицюк О.М.
(подпись)

Мед. работник _____
(подпись)

Технолог _____ Погребняк С.В.
(подпись)