



Утверждаю:

Директор школы питания "Центральный"

Исаикова О.А.



МЕНЮ

на 21 - 25 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак с 7-11 лет

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/6	26,09
2	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,82
3	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
4	000258	Блинчики с вареным сгущенным молоком	140,24	2,82	5,8	18,93	70	37,79
5	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	54,05	2,02	0,78	9,38	23	5,79
			551,11	16,55	18,17	77,87		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	12,24
2	002809	Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	237,2	12,32	16,72	9,36	90	46,00
3	001366	Макаронные изделия отварные (рожки)	271,15	7,16	5,22	48,9	160	11,91
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
5	000089	Фрукт нектарин свежий	50,6	1,27	0,35	10,24	115	23,92
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	49,35	1,85	0,71	8,57	21	5,12
			702,21	23,31	28,16	88,13		107,70
Среда								
Завтрак								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	14,4	0,7	0,16	2,15	80	12,41
2	002589	Жаркое "По-домашнему" с мясом	345,81	17,73	18,87	25,24	50/200	68,21
3	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73	200	5,28
4	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	50,82	1,7	0,53	9,81	21	3,00
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,37
			575,93	24,69	22,5	67,63		107,70
Четверг								
Завтрак								
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	60	5,24
2	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
3	001330	Рис припущенный	199,24	4,26	3,83	41,35	150	12,17
4	003892	Напиток смородиновый	44	0,04		11,2	200	14,40
5	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	67,2	2,07	0,64	13,3	28	4,09
			626,92	20,06	25,22	84,31		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	12,24
2	003969	Овощи тушеные "По-селянски" с мясом	316,87	16,74	20,67	15,15	70/150	68,17
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
4	002078	Йогурт питьевой печеное яблоко	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,96	1,84	0,3	11,96	23	2,80
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,36
			548,24	22,75	28,31	50,44		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицюк О. М.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.



Утверждаю:

школьного питания "Центральный"

Исикова О.А.



МЕНЮ

на 21 - 25 Сентября 2 026 г. Комплекс №2 Завтрак с 7-11 ч.

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
Завтрак								
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	65,11	1,5	4,16	5,25	80	6,99
2	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
3	001330	Рис припущенный	225,81	4,83	4,34	46,86	170	13,79
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	43,56	1,46	0,45	8,41	18	2,55
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	42,3	1,58	0,61	7,34	18	4,45
			681,14	21,8	27,35	90,89		107,70
Вторник								
Завтрак								
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	20,62
2	001745	Гуляш мясной	168,4	9,89	12,58	3,34	40/50	36,37
3	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	23,91
4	000149	Напиток из кураги	60,82	0,56	0,13	14,16	200	5,50
5	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,47
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	37,6	1,41	0,54	6,53	16	3,83
			561,63	22,88	23,41	63,72		107,70
Среда								
Завтрак								
1	003900	Сырники творожные	242,28	16,44	10,44	20,64	2 шт/60	90,00
2	002807	Молоко сгущенное 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	001510	Печенье Тюменочка витаминизированное 22гр. в инд. уп.	89,76	2,75	1,76	12,76	1шт/22гр	9,01
			394,25	20,17	13,39	45,24		107,70
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	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	200	6,17
4	003898	Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике 90гр	152,1	3,6	5,76	21,51	1шт/90гр	46,90
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	63	2	0,33	13	25	2,98
			629,87	21,68	22,15	85,34		107,70
Пятница								
Завтрак								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	12,24
2	003701	Наггетсы куриные хрустящие	181,95	8,03	10,23	14,45	3 шт/26 гр	50,85
3	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	150	23,91
4	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	45,36	1,44	0,23	9,36	18	2,21
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,37
			527,28	15,19	20,31	70,04		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицок О. М.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.



Утверждаю:

Исикова О.А.



Согласовано:

Директор

(подпись)

Исикова О.А.

МЕНЮ

на 21 - 22 Сентября 2026 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	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	26,09
3	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	200	22,82
4	003893	Оладьи с яблоком	75,52	1,69	1,64	13,73	28	18,41
5	000118	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,90
6	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,36
			565,79	22,43	18,68	76,04		110,20
Обед								
1	001372	Помидоры свежие (порционно)	10,8	0,53	0,12	1,61	60	9,31
2	001423	Уха Рыбачья с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	45,65
3	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	182,98	11,17	13,49	3,58	50/50	44,51
4	003889	Макаронные изделия отварные (гребешок)	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	003848	Нектар яблочно-грушевый с мякотью 125мл. ТМ "Мой"	60			15	1шт/125мл	16,66
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	23	3,31
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	2,35
			803,88	31,61	25,12	111,93		135,90
			1 369,67	54,04	43,8	187,97	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	000036	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	10,99
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	17,86
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"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	4,94
			486,74	17,58	20,27	56,11		87,73
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	12,24
2	003912	Борщ "Сибирский" с мясом со сметаной	176,62	7,66	10,72	11,83	250/20/10	35,79
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	000089	Фрукт нектарин свежий	50,6	1,27	0,35	10,24	115	23,92
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,39
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	17	4,31
			752,68	27,09	32,41	85,82		158,37
			1 239,42	44,67	52,68	141,93	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богданова Е. Н.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



Утверждаю:

Исикова О.А. _____



МЕНЮ

на 23 - 24 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	В	Выход	Цена
Среда								
Завтрак								
1	003900	Сырники творожные	242,28	16,44	10,44	20,64	2 шт/60 гр	90,00
2	002807	Молоко сгущенное с сахаром	46,2	0,98	1,19	7,84	1 шт/100 гр	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	002390	Салат "Витаминный" из свежей капусты с огурцом свежим	46,66	1,02	3,11	3,57	60	5,38
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	187,73	9,57	11,58	11,1	250/15/1	30,83
3	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	90	56,20
4	003172	Плов овощной	205,6	4,7	3,15	43,78	150	15,72
5	000164	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	10,13
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,91
7	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	34	1,12	0,19	6,97	17	2,02
			787,29	30,07	35,99	89,01		123,19
			1 228,54	50,71	49,78	144,05	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	003898	Мороженое молочное шоколадное в вафельном стаканчике 90гр	152,1	3,6	5,76	21,51	1шт/90гр	46,90
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,92
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	17	2,48
			649,88	22,58	22,67	88,53		112,46
Обед								
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	30	11,66
2	002629	Суп-пюре из картофеля с гренками	207,25	6,14	7,62	27,88	250/20	32,42
3	002809	Котлета из мяса птицы "Куриная ножка"	237,2	12,32	16,72	9,36	90	46,00
4	001365	Макаронные изделия отварные	254,2	6,71	4,89	45,84	150	11,17
5	003895	Напиток вишнёвый	42	0,04		10,4	200	14,40
6	000087	Фрукт слива свежая	46	0,7	0,28	10,02	100	15,60
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	38,4	1,18	0,37	7,6	16	2,39
			838,25	27,69	29,88	113,8		133,64
			1 488,13	50,27	52,55	202,33	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

Богданова Е. Н.

(подпись)

Технолог

Погребняк С. В.

(подпись)



Утверждаю:

Директор ОО Комитет школьного питания "Центральный"
Новикова О.А.

МЕНЮ

на 25 - 26 Сентября 2026 г. Комплекс №1 Завтрак-обед 083 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	001719	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	191,7	6,36	7,4	23,53	200/5	25,05
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4	200	0,91
4	001496	Кефир	80	4,8	4	6,24	2шт/80 мл	34,11
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,22
			478,81	17,93	22,27	49,73		105,31
Обед								
1	001243	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	50,93	0,53	4,48	2,04	70	10,71
2	003923	Суп картофельный курицей, со сметаной и зеленью	189,82	6,51	9,9	18,99	250/15/5/1	30,04
3	001669	Азу из мяса	176,74	9,94	13,21	3,93	40/50	42,27
4	001873	Пюре картофельное	148,01	3,54	4,38	23,36	160	25,50
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	200	7,41
6	000111	Сок яблочный прямого отжима осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп.125мл	57,5			14,38	1шт/125 мл	19,99
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	52,92	1,68	0,27	10,92	21	2,50
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	6,2	20	2,37
			808,92	24,77	32,56	103,07		140,79
			1 287,73	42,7	54,83	152,8	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	001741	Йогурт питьевой персик-манго	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	001497	Снежок м.д.ж. 2,5%	62,4	2,4	2	8,8	1шт/80 мл	17,47
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	4,95
			629,88	27,72	35,15	50,02		127,20
Обед								
1	003909	Огурцы свежие с маслом	47,6	0,51	4,08	2,43	80	10,61
2	002011	Суп-лапша с курицей и зеленью *	203,75	9,79	12,05	13,8	250/20/1	26,88
3	003353	Бигус с мясом	286,33	15,13	18,68	13,69	50/150	59,19
4	003896	Напиток клюквенный	48	0,02		11,8	200	14,40
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	2,42
6	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	51,7	1,94	0,75	8,98	22	5,40
			687,78	28,99	35,82	61,1		118,90
			1 317,66	56,71	70,97	111,12	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Технолог

(подпись)

Богданова Е. Н.

Погребняк С. В.