

МЕНЮ

на 19 - 23 Октября 2 026 г. Комплекс №1 Завтрак с 8.00 до 9.00



на 19 - 23 Октября 2 026 г. Комплекс №1								Завтрак с	Цена
№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена		
Понедельник									
		Завтрак					26,09		
1	001312	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200	22,82	
2	001361	Какао-напиток молочный с 13 витаминами	91,7	4,32	3,45	9,98	1шт/125мл	17,06	
3	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	28	18,26	
4	003894	Оладьи с бананом	86,72	1,69	1,92	15,83			
		Творог обогащенный "Растишка"	46,8	2,88	1,58	5,36	45	19,90	
5	000118	клубника-банан вкус пломбир	57,6	1,78	0,55	11,4	24	3,57	
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	555,94	17,59	15,24	86,1		107,70	
Вторник									
		Завтрак					80	12,71	
1	003640	Помидоры свежие с маслом	61,44	0,65	5,48	2,01	3 шт/26 гр	50,85	
2	003701	Нагетсы куриные хрустящие	181,95	8,03	10,23	14,45	150	11,17	
3	001367	Макаронные изделия отварные (спирали)	255,8	6,71	4,89	45,84	200	8,51	
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	100	15,21	
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	20	2,91	
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	26	6,34	
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	61,1	2,29	0,88	10,61		107,70	
			691,4	19,87	22,42	100,78			
Среда									
		Завтрак					60	7,35	
1	001122	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	50/50	44,51	
2	001676	Мясо тушеное в соусе "По-венгерски"	182,98	11,17	13,49	3,58	170	27,10	
3	001873	Пюре картофельное	157,26	3,76	4,66	24,82	200	5,28	
4	000148	Напиток из шиповника	57,6	0,54	0,22	13,73			
5	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43	
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,09	
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	4,94	
			563,98	21,68	21,84	69,51		107,70	
Четверг									
		Завтрак					80	6,99	
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	65,11	1,5	4,16	5,25	55/50	57,27	
2	000231	Чахохбили куриное "По-школьному"	173,28	15,53	10,21	4,86	150	12,17	
3	001330	Рис припущенный	199,24	4,26	3,83	41,35	200	11,33	
4	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	100	15,21	
5	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	17	2,06	
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	18	2,67	
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55		107,70	
			611,37	24,7	19,36	88,58			
Пятница									
		Завтрак					60	9,53	
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	70/150	68,17	
2	003969	Овощи тушеные "По-селянски" с мясом	316,87	16,74	20,67	15,15	200	0,91	
3	003713	Чай чёрный с сахаром	16,01			4			
4	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,88	
5	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	55,66	1,86	0,58	10,74	23	3,30	
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,91	
			574,62	20,57	25,82	63,9		107,70	

Шеф-повар

О.А. Засвигова
(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

О.М. Грицюк
(подпись) Грицюк О. М.

Технолог

С.В. Пограбняк
(подпись) Пограбняк С. В.

МЕНЮ

на 19 - 23 Октября 2026 г. Комплекс №2 Завтрак

№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник								
		Завтрак						
1	003640	Помидоры свежие с маслом	46,08	0,49	4,11	1,51	90	9,53
2	002524	Котлета рыбная "Нежная"	221,65	11,86	17,35	4,5	150	56,20
3	001330	Рис припущенный	199,24	4,26	3,83	41,35	200	12,17
4	003712	Чай "Ягодка"	35,71	0,1	0,04	8,73	200	8,51
5	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	1шт/125мл	17,06
6	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	17	2,06
7	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	36	1,11	0,35	7,13	15	2,17
			636,52	19,18	25,9	85,81		107,70
Вторник								
		Завтрак						
1	000190	Тост с сыром "Гауда"	93,65	5,3	4,05	8,99	17/14,5	20,62
2	002584	Жаркое "По-деревенски" с мясом	305,66	15,1	15,95	24,59	40/200	59,67
3	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	2,94
4	001729	Йогурт питьевой яблоко-тархун	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	21,22
5	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	52,8	1,63	0,51	10,45	22	3,25
			573,09	24,73	22,53	67,74		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	002223	Каша гречневая с тушеной говядиной с овощами	321,28	15,24	13,08	35,13	50/150	61,95
2	000159	Напиток из вишни	40,7	0,25	0,13	9,93	200	11,33
3	001490	Молоко питьевое ванильное обогащенное йодом и селеном 80мл	67,3	2,7	2,5	8,5	1шт/80 мл	16,43
4	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	15,21
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	57,96	1,84	0,3	11,96	23	2,78
			534,24	20,5	16,41	75,32		107,70
Пятница								
		Завтрак						
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	60	5,24
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	000099	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен, восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,88
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	64,8	2	0,62	12,83	27	3,91
			542,35	14,48	18,08	80,12		107,70

Шеф-повар

О.А. Тюкова
(подпись)

Мед. работник

О.
(подпись)

Старший
калькулятор

О.М. Грицюк
(подпись) Грицюк О. М.

Технолог

С.В. Погребняк
(подпись) Погребняк С. В.



Утверждаю:

Носикова О.А.

МЕНЮ

на 19 - 23 Октября 2026 г. Комплекс №1 Общ.



№ п/п	Номер	Наименование	Ккал	Б	Ж	Выход	Цена
Понедельник							
		Обед					
1	001122	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	9,80
2	001423	Уха Рыбацкая с ментаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	45,65
3	001745	Гуляш мясной	188,98	11,1	14,12	3,75	44,67
4	001367	Макаронные изделия отварные (спираль)	289,91	7,6	5,54	51,95	12,66
5	000151	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	2,94
6	001522	Сок яблочный Мой инд. уп. 125 мл	55			13,75	17,26
7	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	45,98	1,54	0,48	8,87	2,71
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	2,91
			840,11	32,26	26,51	117,28	138,40
Вторник							
		Обед					
1	004015	Огурцы консервированные	6			1,5	14,70
2	003515	Борщ с капустой, картофелем с мясом говядины, сметаной и зеленью	170,18	7,61	10,85	10,4	38,58
3	001677	Поджарка из мяса (свинина)	211,62	11,6	14,93	7,05	49,84
4	003627	Гречка отварная рассыпчатая	216,01	6,69	5,38	34,76	10,82
5	001107	Кисель витаминизированный	95			23,5	17,28
6	000014	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	2,91
7	000292	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	39,95	1,5	0,58	6,94	4,27
			787,16	29,02	32,24	93,49	138,40
Среда							
		Обед					
1	002270	Салат "Витаминный" из свежей капусты	48,83	1,13	3,12	3,94	5,24
2	001384	Суп фасолевый с мясом птицы и зеленью	194,74	9,93	12,01	11,51	34,88
3	002701	Котлета из белой рыбки	249,22	13,29	18,98	6,31	53,50
4	003172	Плов овощной	205,6	4,7	3,15	43,78	15,72
5	000322	Напиток из ягод (красная смородина, вишня, яблоко)	42	0,13	0,1	10,13	10,13
6	000074	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	15,21
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	2,06
8	000015	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	28	0,92	0,15	5,74	1,66
			858,23	31,93	38,13	100,05	138,40
Четверг							
		Обед					
1	001652	Кукуруза сладкая, бланшированная	13,2	0,6		2,7	11,66
2	002629	Суп-пюре из картофеля с гренками	195,52	5,79	7,19	26,3	29,63
3	001078	Пельмени из мяса птицы "Нежные" с маслом сливочным	393,1	13,55	36,63	43,57	86,26
4	000170	Напиток яблочный	41,9	0,08	0,08	9,96	6,17
5	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	2,06
6	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	43,2	1,33	0,41	8,55	2,62
			729,76	22,71	44,53	99,92	138,40
Пятница							
		Обед					
1	003909	Огурцы свежие с маслом	35,7	0,38	3,06	1,82	7,96
2	003923	Суп картофельный курицей, со сметаной и зеленью	192,81	6,62	10,05	19,29	32,29
3	001669	Азу из мяса	176,74	9,94	13,21	3,93	42,27
4	001873	Пюре картофельное	138,76	3,32	4,11	21,9	23,51
5	003887	Напиток из абрикоса сушеного	93	1,25	0,1	21,25	7,41
6	000105	Сок яблочно-вишнёвый восстановленный осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд.уп.125мл	57,5			14,38	19,99
7	000005	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	42,84	1,36	0,22	8,84	2,06
8	000017	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	40,8	1,26	0,39	8,08	2,51
			778,15	24,13	31,14	99,49	138,40

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Старший
калькулятор

(подпись)

Грицюк О. М.

Технолог

(подпись)

Погребняк С. В.