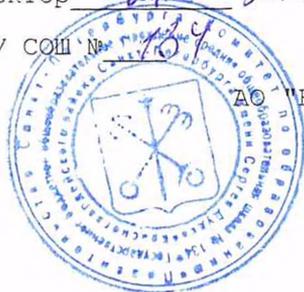


СОГЛАСОВАНО.  
Директор

ГБОУ СОШ № 10



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ШКОЛА №

Льготное питание  
для младших и старших классов

5.11.2024г.

7Д

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/15	1.2	4.3	22.0	131.5	с2/2008
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ АБРИКОСОВ.	150/20	25.7	13.0	39.1	377.1	224/2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.9	62.9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
МАНДАРИН	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К

Итого

29.8 18.7 94.4 666.0

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.0	3.9	73.71	51/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.4	3.4	8.2	72.48	95/2008
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ	90	12.9	13.6	8.7	209.3	317/2008
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.7	13.1	126.3	/351/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	92	К/К
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К

Итого

26.6 32.7 90.9 747.6

Льготное питание для старших классов ОБЕД 306-80

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.4	10.1	6.6	122.9	51/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/15/10	6.8	8.2	10.2	141.7	95/2008
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ	100	14.3	15.2	9.7	232.6	2008/100
РАГУ ОВОЩНОЕ	200	4.5	8.9	17.5	168.3	351/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	2008/200
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
МАНДАРИН	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К

Итого

36.2 46.1 115.4 1021.

КУРАТОР :  
Дербина М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:  
Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО.

Директор



ГБОУ СОШ № 34



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

Льготное питание  
для младших и старших классов

8Д

6.11.2024г.

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/15	1.1	8.4	7.5	110	1/2008
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	150	3.8	6.1	20.9	153.4	189/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К
Итого		8.8	17.4	73.6	485.6	

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1.6	4.2	5.8	67.67	60/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.4	4.4	6.4	75.84	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90/50	15.3	6.7	5.7	144.4	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	333/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К
Итого		32.7	25.6	109.7	801.6	

Льготное питание для старших классов Обед 306-80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2.7	7.1	9.6	112.9	40/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250/10/15	6.9	9.6	8.0	145.9	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100/50	16.4	7.2	6.2	154.8	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	3.9	6.3	31.3	197.1	333/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К
Итого		42.3	36.8	142.5	1068.	

КУРАТОР :

Дербина М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:

Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ СОШ № 134



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

Льготное питание  
для младших и старших классов

7.11.2024г.

9Д

Завтрак 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	3/2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14.5	23.9	2.7	283.3	214/2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3	433/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
МАНДАРИН	100	0.5	0.1	5.0	23.41	К/К

Итого

24.4 32.2 52.9 598.6

Обед 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.86	56/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5.1	3.6	14.9	112.4	99/2008
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	14.1	20.3	11.9	286.2	268/2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.6	323/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	323/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К

Итого

32.2 36.4 126.0 959.6

Льготное питание для старших классов обед 306-80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.1	56/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ	250/15	10.2	8.5	18.6	191.6	99/2008
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	15.7	22.5	13.2	318.1	268/2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4.8	6.1	50.3	275.3	323/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
МАНДАРИН	100	0.5	0.1	5.0	23.41	К/К

Итого

43.6 48.9 160.9 1258.

КУРАТОР

ДЕРБИНА М.В.

ЗАВ. ПРОИЗВ.

БУХГАЛТЕР

Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО.  
Директор

*М. А. Кискифорова*

ГБОУ СОШ № 139



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ  
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

8.11.2024г.

10Д

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/15	1.2	4.3	22.0	131.5	2/2008
КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.7	7.5	20.1	166.5	190/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

9.8 14.6 87.8 521.2

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.7	3.1	5.7	53.76	41/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	3.0	2.2	15.7	94.72	98/2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ	250	20.2	19.8	44.6	437.4	299/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1	402//2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К

Итого

30.6 28.0 136.7 921.6

Льготное питание для старших классов ОБЕД 306-80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	100	1.2	5.2	9.5	89.6	41/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250/15	7.5	6.8	19.6	169.5	98/200
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ	300	24.2	23.8	53.5	524.7	299/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1	402/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

41.5 39.6 172.9 1213.

КУРАТОР:  
Дербина М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:  
Красева Ю.С.