

СОТЛАСОВАНО.
Директор

Итого сош № 281

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

11.11.2024

1 ДЕНЬ

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценн. справочник, ккал	Энерг. ценн. справочник, ккал
ВУТРЕВОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	88.1
КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.4	6.7	23.6	176.1	189/2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3	433/2008
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	70.44
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.6	83.6
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	44.4
Итого	167.3	17.3	93.5	596.0		

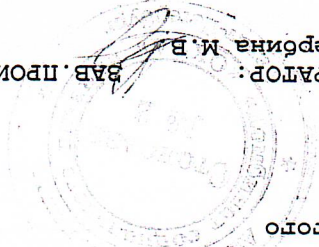
ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценн. справочник, ккал	Энерг. ценн. справочник, ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0.9	3.0	4.6	49.62	3/2008
РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАН.	200/5	2.4	4.6	13.8	106.4	91/2008
ШНИЦЕЛЬ РУБЦЕННЫЙ ИЗ ГОВЯД. ЗАПЕЧЕННЫ	90	13.5	14.4	11.7	230.6	273/2017
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	190.4	331/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	109.7
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	95.9
Итого	29.1	29.9	124.8	885.8		

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 306-80

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценн. справочник, ккал	Энерг. ценн. справочник, ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.5	5.1	7.7	82.7	40/2008
РАССОЛНИК СО СМЕТАНОЙ И ГОВАДИНОЙ	250/10/15	6.8	9.8	17.2	184.1	91/2008
ШНИЦЕЛЬ РУБЦЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15.0	16.0	13.0	256.3	273/2017
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7.3	6.4	41.7	253.8	331/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	109.7
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	143.8
ПЕЧЕНЬЕ	40	3.0	4.0	29.8	167.2	167.2
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	44.4	44.4
Итого	42.3	45.4	191.9	1345.		

КВАРТОР: БАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ: Лепкина М.В.
Бухгалтер: Красева Ю.С.



ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

13.11.2024

3 ДЕНЬ

ЗАВТРАК 104-40

Наименование		Выход	Белки (г)	Жиры (г)	У/В	Энерг. ценность, ккал	Энерг. ценность, к/к
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		10/15	1.1	8.4	7.5	110	1/2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ		150	5.4	6.2	24.0	173.4	189/2008
СЛИВОЧНЫЙ КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК		200	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ТРУША		100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К
Итого			10.4	17.4	77.2	506.7	

ОБЕД 156-50

Наименование		Выход	Белки (г)	Жиры (г)	У/В	Энерг. ценность, ккал	Энерг. ценность, к/к
ВИНЕГРЕТ ОВОШНОЙ С СЕЛЬДЬЮ		80	4.2	7.8	4.0	102.8	52/2008
СУП С МАКАРОНАМИ И КАРТОФЕЛЕМ		200	3.1	2.2	15.2	93.44	101/2008
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		90/50	25.0	16.1	16.6	310.8	261/373/08
С ТОМАТОМ И ЛУКОМ		150	3.6	4.6	3.7	206.5	323/2008
ТРЕЩА ОТВАРНАЯ		200	0.2	0.0	25.7	103.6	436/2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩЕННЫЙ		40	1.1	1.1	18.6	95.9	К/К
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К
ПОЛУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К
Итого			45.9	36.0	109.1	1079.	

Льготное питание для старших классов ОБЕД 306-80

Наименование		Выход	Белки (г)	Жиры (г)	У/В	Энерг. ценность, ккал	Энерг. ценность, к/к
ВИНЕГРЕТ ОВОШНОЙ С СЕЛЬДЬЮ		120	6.4	11.6	6.0	154.2	67/2017
СУП С МАКАРОНАМИ И КАРТОФЕЛЕМ		250/15	7.7	6.8	19.0	167.9	101/2008
И ГОРЯЧИЙ		100/100	26.8	17.2	17.8	333.2	261/373/08
ПЕЧЕНЬ ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ		200	4.8	6.1	50.3	275.3	323/2008
С ТОМАТОМ И ЛУКОМ		200	2.0	0.0	25.7	103.6	436/2008
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩЕННЫЙ		60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К
ПОЛУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К
ТРУША СВЕЖАЯ		100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К
Итого			59.4	47.9	182.3	1390.	

КУРАТОР: ДЕРБИНА М.В.

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

ВУХАЛТЕР: КРАСЕВА Ю.С.

СОЛТАСОВАНО.
Директор

№ 134

ТРЕУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ СТАРШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

14.11.2024

4 л

ЗАБТРАК 104-40

Наименование		Выход	Белки	Жиры	У/В	Энерг.	Пенн.	справочник,	технологич.
		продукт (г)	(г)	(г)	(г)	ккал	д	рецептура	
ВУТЕРБРОД С СЫРОМ		15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	3/2008		
ОМЛЕТ С СЫРОМ		150	17.4	27.0	2.5	322.4	215/2008		
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ		200/7	0.3	0.1	15.2	62.9	431/2008		
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К		
МАНДАРИН		100	0.6	0.1	5.1	27.1	К/К		
Итого									
			24.8	32.9	43.2	570.9			

ОБЕД 156-50

Наименование		Выход	Белки	Жиры	У/В	Энерг.	Пенн.	справочник,	технологич.
		продукт (г)	(г)	(г)	(г)	ккал	д	рецептура	
ИКРА МОРКОВНАЯ		60	2.3	4.9	4.5	70.86	56/2008		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ		200/10	6.0	3.7	21.2	141.9	99/73/2008		
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ СОВС МОЛОЧНЫИ		90/50	13.1	9.7	14.6	197.7	297/326/201		
ВИС ОТВАРНОЙ		150	3.7	6.3	32.8	202.6	325/2008		
СОК		200	1.0	0.2	18.0	77.8	442/2008		
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩ.МИКРОНУТРИ		40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К		
Итого									
			32.2	27.6	130.1	896.6			

Льготное питание для старших классов ОБЕД 306-80

Наименование		Выход	Белки	Жиры	У/В	Энерг.	Пенн.	справочник,	технологич.
		продукт (г)	(г)	(г)	(г)	ккал	д	рецептура	
ИКРА МОРКОВНАЯ		100	3.8	8.1	7.5	118.1	56/2008		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ГРЕНКАМИ		250/10/15	11.3	8.6	26.5	228.5	99/73/08		
И ГОРЯЧИИ		100/50	14.0	10.4	15.6	221.6	297/326/17		
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ПТИЦЫ СОВС МОЛОЧНЫИ		200	4.9	8.4	43.7	270.8	325/2008		
ВИС ОТВАРНОЙ		200	1.0	0.2	18.0	77.8	442/2008		
СОК		60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К		
БАТОН ОБОЛАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К		
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОЛАЩ.МИКРОНУТРИ		100	0.6	0.1	5.1	27.1	К/К		
Итого									
			43.2	39.2	164.7	1197.			

ВУХТАЛТЕР:
Красева Ю.С.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

КВАРТОР:
Лербина М.В.

СОТЛАСОВАНО.
Директор
Левый Сош № 1

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ИЛЮСТРОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

15.11.2024

5 день

ЗАТРАК 104-40

Наименование		Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценность, ккал	Технологич. справочник, рецептура
20/15	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	1.2	4.3	22.0	131.5	2/2008	189/2008
150	КАША ТЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	4.9	7.3	18.3	158.1	189/2008	189/2008
200	С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008	189/2008
25	КОФЕИННЫЙ НАПИТОК	2.0	1.2	13.0	70.44	432/2008	189/2008
25	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	2.0	1.2	13.0	70.44	432/2008	189/2008
20	ВАФЛИ	0.6	0.7	15.5	70.8	44.4	44.4
100	ВЯЛОКИ	0.4	0.4	9.8	44.4	44.4	44.4

Итого 10.6 15.2 101.0 582.6

ОБЕД 156-50

Наименование		Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценность, ккал	Технологич. справочник, рецептура
60	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	0.8	4.7	5.1	66.26	37/2017	37/2017
200	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КВУЛОЙ	2.6	4.0	9.9	86.42	94/2008	94/2008
90/50	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОВОСОМ СМЕТАНЫМ	13.4	9.5	15.3	200.6	245/372/08	245/372/08
150	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С ТОМАТОМ	3.1	5.4	20.3	142.1	335/2008	335/2008
200	КОМОТ ИЗ ИЗЮМА	0.5	0.1	28.1	115.3	401/2008	401/2008
40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	3.2	1.7	20.4	109.7	401/2008	401/2008
40	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	2.9	1.1	18.6	95.9	95.9	95.9
100	ПОЛТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	3.7	2.5	4.9	56.9	56.9	56.9

Итого 30.2 29.0 122.6 873.3

ИЛЮСТРОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 306-80

Наименование		Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/В (г)	Энерг. ценность, ккал	Технологич. справочник, рецептура
100	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦ. И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	1.3	7.9	8.5	110.4	37/2017	37/2017
250/15	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КВУЛОЙ И ГОРЯЧИЙ	7.1	9.1	12.4	159.2	94/2008	94/2008
100/50	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОВОСОМ СМЕТАНЫМ	14.4	10.2	16.4	215	245/372/08	245/372/08
200	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ И ТОМАТОМ	4.1	7.2	27.1	189.6	335/2008	335/2008
200	КОМОТ ИЗ ИЗЮМА	0.5	0.1	28.1	115.3	401/2008	401/2008
40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	3.2	1.7	20.4	109.7	401/2008	401/2008
60	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	4.4	1.7	27.9	143.8	401/2008	401/2008
100	ПОЛТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	3.7	2.5	4.9	56.9	56.9	56.9
100	ВЯЛОКО СВЕЖЕЕ	0.4	0.4	9.8	44.4	44.4	44.4
40	ВАФЛИ	1.2	1.4	31.0	141.4	141.4	141.4

Итого 40.3 42.2 186.5 1285.

КВАТОР : ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:
Левина М.В.

БУХГАЛТЕР :
Красева Ю.С.