

СОГЛАСОВАНО
Директор

ГБОУ СОШ № 134



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

10.03.2025г.

6 Д ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.6	4.9	7.7	93.9	3/2008
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧН	155	5.5	6.2	26.2	183.4	189/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	2.4	14.8	93.9	ТК№44/2022
ГРУША	100	0.4	0.3	10.3	47.0	ТК№11/2022
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТК№1/2022

Итого 15.9 14.7 74.4 496.8

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0.8	0.1	2.5	14.0	ТК№13/2022
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ СО	200/10/5	4.2	5.4	19.3	84.4	91/2011
СМЕТАНОЙ						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	11.5	15.4	6.2	212.1	277/2012
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.8	23.8	150.5	318/2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.0	8.0	33.0	ТК№7.1/2022
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	7.4	4.3	21.6	159.6	249/2014
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	ТК№21/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	ТК№3/2022

Итого 33.1 33.5 104.0 805.8

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
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0.8	0.1	2.5	14.0	ТК№13/2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4.4	8.7	7.4	131.0	3/2008
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ СО	250/30/5	6.5	6.8	4.7	107.6	91/2011
СМЕТАНОЙ						
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100/75	20.1	27.0	10.9	371.2	277/2012
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3.5	5.7	28.5	180.2	333/2008
СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1.0	0.0	25.4	110.0	442/2008
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	90	12.0	6.3	38.3	204.0	249/2014
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	ТК№4/2022
ГРУША	150	0.6	0.5	15.5	70.5	ТК№11/2022

Итого 52.7 55.6 158.6 1310.

КУРАТОР : ДЕРБИНА М.В.
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:
Красева Ю.С.



[Handwritten signature]

СОГЛАСОВАНО.

Директор

ГБОУ СОШ № 134

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ШКОЛА №

Льготное питание
для младших и старших классов

11.03.2025г.

7Д ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.1	8.4	7.5	110.0	1/2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14.2	18.0	2.6	228.9	214/2008
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1.2	0.1	2.5	15.5	TKN#24/2022
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/4	0.2	0.0	8.0	33.0	TKN#31/2022
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.9	0.2	8.1	43.0	TKN#16/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022

Итого 19.9 27.6 44.1 509.0

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	1.0	4.7	5.1	68.0	56/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20/5	4.4	5.5	8.8	104.6	99/2011
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	8.6	5.3	4.8	109.0	231/2008
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.7	202.2	325/2008
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	21.1	89.5	TKN#26/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	TKN#21/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022

Итого 23.5 23.2 104.9 733.5

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 МОРКОВНАЯ	100	1.7	6.9	8.5	104.5	56/2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.1	8.4	7.5	110.0	1/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/5	5.9	7.1	10.8	139.6	99/2011
РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	150	12.3	7.9	7.2	163.5	231/2008
РИС ОТВАРНОЙ	180	4.3	7.3	45.6	265.7	325/2008
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1.0	0.1	23.5	89.4	TKN#18/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKN#4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	200	1.8	0.4	16.2	86.0	TKN#16/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИД.УПАК.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022

Итого 37.7 42.6 165.7 1240.

КУРАТОР : ДЕРБИНА М.В.

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:
Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО.
Директор

ГБОУ СОШ № 134

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

12.03.2025г.

8д ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ КУРИНЫМ ФИЛЕ	25/20	7.4	2.0	12.9	99.9	4/2011
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3.7	6.1	23.0	162.0	189/2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.2	3.4	12.3	100.5	TKN30/2022
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0	TKN2/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВ.УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	76.6	TKN3/2022

Итого 20.5 15.9 79.0 564.6

ОВЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	60	5.8	5.3	2.9	82.5	TKN46/2022
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/1075	4.4	3.5	7.2	80.7	88/2011
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	210	10.5	15.1	35.1	346.9	TKN39/2022
СОУС МОЛОЧНЫЙ	40	0.8	2.4	3.0	37.2	366/2008
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	19.6	83.4	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	TKN21/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022

Итого 27.4 27.8 100.2 790.9

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
РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	9.6	8.8	4.8	136.0	TKN47/2022
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/20/5	4.9	9.3	9.0	108.5	88/2011
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	240	12.4	17.5	47.0	374.6	291/2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1.0	3.0	3.7	46.5	366/2008
ЧАЙ С МЕДОМ	200	0.0	0.0	3.9	17.5	TKN42/2022
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	19.8	86.0	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKN4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022
ЯБЛОКО	150	0.6	0.6	14.7	70.5	TKN2/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВ.УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN3/2022

Итого 39.1 43.9 149.3 1111.

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

13.03.2025г.

9д Завтрак 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.1	8.4	7.5	110.0	1/2008
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ	155	6.4	9.3	24.9	210.0	183/2011
КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ						
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	2.4	14.8	93.9	395/2012
ГРУША	100	0.4	0.3	10.3	47.0	TKM11/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKM1/2022

Итого 13.3 21.3 72.9 539.5

Обед 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0.6	6.1	2.0	66.6	22/2008
БУЛЬОН С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	200/15/20	6.1	1.9	16.2	108.5	TKM48/2022
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ	60/30	5.7	9.0	7.3	159.8	TKM38/2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.4	4.7	30.9	188.2	209/2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0.0	0.0	6.1	24.4	TKM22/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	TKM21/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKM1/2022

Итого 22.7 23.0 94.9 707.7

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 ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1.0	8.2	3.3	93.0	22/2008
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1.1	8.4	7.5	110.0	1/2008
БУЛЬОН С КУРОЙ И ГРЕНКАМИ	250/20/50	7.3	2.2	26.0	117.7	TKM49/2022
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ	100/50	10.4	18.8	20.1	316.2	TKM32/2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.5	5.6	37.1	208.0	209/2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	6.8	27.1	TKM8/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKM4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKM1/2022
ГРУША	150	0.6	0.5	15.5	70.5	TKM11/2022
ЙОГУРТ. В ИНДИВИД. УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKM3/2022

Итого 36.5 48.2 162.7 1214.

КУРАТОР
ДЕРБИНА М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВ.

БУХГАЛТЕР

Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО.
Директор

ГБОУ СОШ № 134

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

Льготное питание
для младших и старших классов

14.03.2025г.

10Д

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.6	4.9	7.7	93.9	3/2008
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИЖКАЯ ("ДРУЖБА")	150	4.6	6.6	20.2	159.6	190/2008
ПЕЧЕНЬЕ ОВОГАЩЕННОЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.6	К/К/К/К
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/4	0.2	0.0	8.0	33.0	TKN31/2022
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.9	0.2	8.1	43.0	TKN16/2022
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022

Итого, 14.1 14.6 74.3 491.7

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0.8	0.1	2.5	14.0	TKN13/2022
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/20/5	7.6	7.8	10.4	144.8	82/2011
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	9.4	0.2	2.6	125.0	256/2012
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	3.1	12.2	23.6	217.5	133/2008
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0.9	0.1	21.1	89.5	TKN26/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИД.УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN3/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	TKN21/2022
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022

Итого 30.2 24.8 98.2 821.6

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
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0.8	0.1	2.5	14.0	TKN13/2022
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.6	4.9	7.7	93.9	3/2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/15/5	7.1	7.6	12.9	151.2	82/2011
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	140	14.1	2.8	3.6	193.2	256/2012
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	180	3.9	13.4	25.9	260.0	133/2008
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1.0	0.1	23.5	99.4	TKN18/2022
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN1/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKN4/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИД.УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN3/2022
ПЕЧЕНЬЕ ОВОГАЩЕННОЕ	40	3.0	4.0	29.8	167.2	К/К/К/К
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	200	1.8	0.4	16.2	86	TKN16/2022

Итого 45.9 37.8 168.5 1336.

КУРАТОР:
Дербина М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:
Красева Ю.С.