

СОГЛАСОВАНО.
Директор

ГБОУ СОШ № 134



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

Льготное питание
для учащихся младших и старших классов

17.03.2025г.

1 ДЕНЬ

ЗАВТРАК

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 ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	150	4.6	6.6	20.2	159.6	190/2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	3.2	3.4	12.3	100.5	TKN#30/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0	TKN#2/2022

Итого 15.1 16.2 65.4 479.6

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	60	1.0	3.1	3.6	47.3	40/2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/20/5	6.3	4.3	11.4	115.0	96/2011
ШНИЦЕЛЬ РУВЛЕННЫЙ	90	9.8	18.3	11.2	210.0	282/2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	141.0	335/2008
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1.0	0.2	30.4	102.0	442/2008
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 26.1 32.6 109.3 775.5

Льготное питание для старших классов ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	100	1.6	5.1	7.7	83.2	40/2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/30/5	8.1	5.5	15.6	155.3	96/2011
ШНИЦЕЛЬ РУВЛЕННЫЙ	120	12.6	24.0	18.0	264	282/2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.8	6.1	25.6	172.7	335/2008
ЧАЙ С МЕДОМ	200	0.0	0.0	3.9	17.5	TKN#42/2022
СОК ВИШНЕВЫЙ	200	1.0	0.2	30.4	102.0	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKN#4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
ЯБЛОКО	150	0.6	0.6	14.7	70.5	TKN#2/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022

Итого 37.3 46.0 162.3 1136.

КУРАТОР:
Дербина М.В.



БУХГАЛТЕР:
Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО.
Директор

ГБОУ СОШ № 134

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ" "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

Льготное питание
для учащихся младших и старших классов

18.03.2025г.

2д

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	150	21.8	15.7	23.5	332.5	TKN#43/2022
ДЖЕМ ЯГОДНЫЙ	20	0.0	0.0	12.0	48.0	К/К/К/К
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.0	7.3	30.0	TKN#7/2022
МАНДАРИН	100	0.8	0.2	7.5	38.0	TKN#6/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022

Итого

28.6 19.9 71.3 597.7

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	100	2.7	5.1	2.6	67.0	20/2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/5	5.1	6.5	10.1	146.4	82/2011
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	240	11.8	15.9	25.0	306.0	235/2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	6.8	27.1	TKN#8/2022
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

24.5 28.8 76.9 706.7

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 СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЬЮ	100	2.7	5.1	2.6	67.0	20/2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/30/5	8.1	10.2	12.8	175.1	82/2011
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ ПО-РУССКИ	300	13.7	18.1	48.2	354.6	235/2008
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.0	0.0	6.8	27.1	TKN#8/2022
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	3.1	1.7	31.7	150.0	453/2008
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
МАНДАРИН	150	1.2	0.3	11.3	57.0	TKN#6/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022

Итого

38.4 39.9 159.8 1102.0

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

3 ДЕНЬ

19.03.2025г.

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 РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3.7	6.1	23.0	162.0	189/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3.1	2.4	14.8	93.9	ТКН#44/2022
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.6	К/К/К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	47.0	ТКН#2/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТКН#1/20200

Итого 12.1 20.2 85.4 575.1

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	ТКН#13/2022
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	4.4	3.5	8.4	85.8	99/2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ	60/30	5.7	9.0	7.3	159.8	ТКН#38/2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.4	4.7	30.9	188.2	209/2008
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	0.6	0.4	32.6	140.0	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	ТКН#21/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	2.3	0.9	15.4	78.6	ТКН#1/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТКН#1/2022

Итого 24.1 19.9 129.5 826.6

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
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0.8	0.1	2.5	14.0	ТКН#13/2022
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	250/30/5	7.4	7.0	10.4	138.0	99/2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ	90/50	9.7	17.5	18.8	295.1	ТКН#32/2022
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.5	5.6	41.8	243.5	209/2008
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	200	0.6	0.4	32.6	140.0	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	ТКН#4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТКН#1/2022
ЯБЛОКО	150	0.6	0.6	14.7	70.5	ТКН#2/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	ТКН#3/2022

Итого 35.2 35.7 167.2 1172.

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

20.03.2025г.

4д

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
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14.2	18.0	2.6	228.9	214/2008
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ ОТВАРНОЙ	40	1.2	0.1	2.5	15.5	ТК№24/2022
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/4	0.2	0.0	8.0	33.0	ТК№31/2022
ГРУША	100	0.4	0.3	10.3	47.0	ТК№11/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТК№1/2022

Итого

22.9 24.2 46.5 496.9

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	40/20	2.9	5.7	3.0	79.8	52/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ С ГОВЯДИНОЙ	20/20/200	8.4	7.2	29.5	241.0	102/2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11.0	6.2	15.6	141.0	305/2012
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3.1	3.1	13.1	93.7	317/2011
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	19.6	83.4	442/2008
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	4.7	3.5	21.3	100.0	249/2014
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	ТК№21/2022

Итого

33.7 26.3 119.1 820.5

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
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/30	5.7	6.7	3.8	98.6	52/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ С ГОВЯДИНОЙ	250/50/20	13.5	9.3	41.6	269.0	102/2011
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	15.5	8.4	20.4	188.3	305/2012
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	180	3.1	3.7	12.8	97.4	ТК№51/2022
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1.0	0.2	19.6	83.4	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	ТК№4/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	ТК№1/2022
ПЕЧЕНЬЕ ОВОГАЩЕННОЕ	40	3.0	4.0	29.8	167.2	К/К/К/К
ГРУША	150	0.6	0.5	15.5	70.5	ТК№11/2022

Итого

48.5 34.2 184.3 1175.

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

5 день

21.03.2025г.

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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ	155	6.4	9.3	24.9	210.0	183/2011
КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3.1	2.4	14.8	93.9	TKN#44/2022
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	100	0.8	0.2	7.5	38.0	TKN#6/2022
МАНДАРИН	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ						

Итого

20.0 14.8 75.5 520.4

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0.8	0.1	1.7	13.0	TKN#14/2022
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200/20	5.4	8.0	8.2	128.0	98/2011
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	8.4	4.6	7.1	151.0	255/2012
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2.9	5.1	18.9	133.9	322/2012
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0.4	0.1	17.3	72.3	TKN#25/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.6	0.4	17.0	81.6	TKN#21/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022

Итого

26.3 22.3 91.2 729.0

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 СОЛЕННЫЙ	100	0.8	0.1	1.7	13.0	TKN#14/2022
БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ КУРИНЫМ ФИЛЕ	45	7.4	2.0	12.9	99.9	4/2011
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250/15	5.9	9.3	10.1	151.1	98/2011
КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	2/70	10.4	7.1	11.1	235.1	255/2012
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3.6	5.0	16.3	126.7	346/2008
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	22.1	92.5	TKN#15/2022
ХЛЕБ РЖАНО-ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3.8	0.5	25.4	122.4	TKN#4/2022
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВ.	125	3.5	3.1	5.6	70.6	TKN#3/2022
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2.3	0.9	15.4	78.6	TKN#1/2022
МАНДАРИН	150	1.2	0.3	11.3	57.0	TKN#6/2022

Итого

39.4 28.4 131.9 1046.

КУРАТОР : Дербина М.В.
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР: Красева Ю.С.