

УТВЕРДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ №



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №
МЕНЮ

01 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

4 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продукт (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	2008,1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14.5	23.9	2.7	283.4	2008,214
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,к/к

Итого 18.3 34.0 48.2 570.2
ОБЕД 131-17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.5	4.9	6.1	78	2008,56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6.2	3.7	22.8	149.4	2008,99/73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ . .	80/50	11.2	8.4	12.5	177.3	2012,308/35
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.8	203	2008,325
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.1	0.1	26.4	108	2008,438
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.7	20.4	92	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008.к/к

Итого 28.9 26.3 134.0 878.1

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 218-62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	4.2	8.1	10.1	130	2008,56
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	250/10	7.5	4.6	26.5	178	2008,99/73
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ . .	80/50	11.2	8.4	12.5	177.3	2012,308/35
РИС ОТВАРНОЙ	180	4.4	7.6	39.4	243.6	2008,325
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0.1	0.1	26.4	108	2008,438
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.7	20.4	92	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115	2008.к/к

Итого 33.8 32.4 156.1 1043.
Всего 81.0 92.7 338.3 2492.

Директор

Зав. производством

Калькулятор

Fair

ПОДЛЕСНОВА Н.М.



ГАВРИЛОВА Л.В.

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

02 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

5 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД ДЖЕМОМ.	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008, 2011
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	150	8.5	11.0	52.6	317	2008, 193
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	60	2008, 430
БАНАН СВЕЖИЙ.	200	3.0	1.0	27.7	192	2008, К/К

Итого

ОБЕД 131-17

12.9 12.3 117.3 663.5

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.1	4.6	49.8	2008, 40
БОРЩ ИЗ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5.1	6.2	12.8	115	2008.76
РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	230	14.1	14.2	22.9	304.4	2012, 252/31
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116	2008, 401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008.к/к

Итого

25.9 26.5 101.8 747.6

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218-62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.6	5.1	7.7	83.	2008, 40
БОРЩ СВ.КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	1.9	2.6	9.1	107.8	2008.76
РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	300	19.9	20.9	34.8	371.6	2008, 238
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116.	2008, 401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.	2008, к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.	2008, к/к
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.	2008.к/к

Итого

31.1 32.3 128.4 923.4

Всего

69.9 71.1 347.5 2334.

директор

№ 4

Зав. производством

ПОДЛЕСНОВА Н. М.



Калькулятор

Fal

ГАВРИЛОВА Л. В.

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА № 125

МЕНЮ
05 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

7 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 РУБ 45 КОП

Наименование	Выход продукт (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	2008,1
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫЙ	150/5	5.6	6.9	24.4	183	2008,189
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5.1	4.6	0.3	63.0	2008,213
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К

Итого 14.5 21.6 70.2 532.8
ОБЕД 131 РУБ 17 КОП

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, С СЕЛЬДЬЮ	60/20	3.1	3.7	5.6	69.1	2011,52
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5.0	2.0	4.2	92.6	2008,85
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ, МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80/5	12.7	25.9	11.2	327.5	2008,301
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	6.7	8.0	27.5	209.0	2008,332
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К

Итого 32.9 42.5 107.6 965.6
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	100	5.0	4.5	7.0	124.0	2008,48
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ	250/10/5	5.2	1.2	11.2	107.0	2008,85
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80/5	12.7	25.9	11.2	327.5	2008 ГОД/301
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.7	6.5	24.4	169.2	2008,335
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	200	0.2	0.0	25.7	105.0	2008,436
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008, К/К

Итого 33.2 41.7 120.7 1039.
Всего 80.6 105.8 298.5 2538.

Директор столовой № 4 Зав. производством Калькулятор
Н.М. Подлеснова Гаврилова Л.В.



Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 182



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ
06 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

8 ДЕНЬ
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб 45 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД ЗАКРЫТЫЙ С СЫРОМ	60	6.8	14.4	14.8	216	2008, 9
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	155	5.6	6.4	24.8	179.0	2008, 189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008, 432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008, К/К
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008, К/К

Итого 16.7 23.3 82.5 610.4
ОБЕД 131 руб.17 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.8	2008, 56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . .	200/5	2.6	4.1	8.4	80.8	2008, 95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	230	12.7	11.7	41.9	299.0	2012, 304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008, 401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008, К/К
БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	3.9	4.8	33.5	194.0	2008, 473

Итого 27.7 28.5 155.9 949.0
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62КОП.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА МОРКОВНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.0	2008, 56
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1.4	1.2	10.4	99.0	2008, 95
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	13.8	12.7	45.5	325	2012, 304
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1.0	0.1	34.2	142.0	2008, 401
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008, К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008, К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008, К/К

Итого 26.8 26.1 148.6 935.4
Всего 71.2 77.9 387.0 2494.

Директор столовой № 4 Зав. производством
Н.М. Подлеснова

Калькулятор Ред
Гаврилова Л.В.

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

07 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД
9 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб.45 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ						
ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4.7	7.5	20.1	168.0	2008,190
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	134.0	2008,433
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,к/к

Итого

13.8 12.4 107.6 658.9

ОБЕД 131 руб.17коп

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ ,МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0.8	4.8	5.1	66.5	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6.4	5.5	12.5	132.6	2008,79
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	80/5	13.5	5.2	0.3	60.0	2012,245
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	30	2.3	3.1	22.4	125.1	2008,к/к
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к

Итого

31.7 26.3 128.9 825.6

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ , МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	1.3	7.9	8.5	110.8	2011,37
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	8.0	6.9	15.6	165.7	2008,79
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ.	100	14.5	8.9	26.3	261.9	2010,249
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	0.5	7.6	31.2	113.0	2008,333
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0	2008,402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1.6	0.9	10.4	57.5	2008,к/к

Итого

29.7 34.0 144.1 932.0

Всего

75.2 72.7 380.6 2416.



Директор столовой № 4 АО "ОХТА" Зав. производством Н.М. Подлеснова

Калькулятор

Гаврилова Л.В.

Директор
ГБОУ СОШ №

182



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю
08 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

10 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК

ЦЕНА 87.45

Наименование	Выход продукт (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	2008,1
КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ	150	5.0	7.3	28.1	199.2	2008,187
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	60.0	2008,430
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,К/К
Итого		8.7	17.4	73.4	484.0	
ОБЕД ЦЕНА 131-17						

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	4.8	6.1	9.1	110.4	2008,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	200	5.1	3.6	14.9	112.8	2008,99
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	80	12.6	21.7	11.1	290.0	2008,301
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0.4	1.2	1.9	20.4	2008,371
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	191.0	2008,331
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.8	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
Итого		33.7	40.3	128.5	995.0	
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД		218	руб. 62	0.00		

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8.0	10.1	15.2	184.0	2008,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ	250	6.4	4.5	18.6	141.0	2008,99
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС СМЕТАННЫЙ	100	9.7	7.4	21.1	119.9	2008,283
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	5.5	8.7	17.7	206.0	2008,323
НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.0	26.4	108.0	2008,439
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,К/К
Итого		36.1	34.3	140.2	965.9	

Всего
78.5 92.0 342.1 2445.

Директор столовой № 4 Зав. производством

Н.М. Подлеснова

Санкт-Петербург



Калькулятор

Гаврилова Л.В.

Утверждаю

Директор



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

09 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

11 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб.45 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	2008,03
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.6	6.9	24.4	183.0	2008,189
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0	2008,431
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БАНАН СВЕЖИЙ	200	3.0	1.0	27.7	192.0	2008,к/к

Итого

15.4 13.7 87.7 595.5

ОБЕД 131 руб.17 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	60/20	2.3	5.9	4.8	72.56	2012,18/213
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.5	4.5	6.4	76.8	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ И ОВОЩАМИ	80	12.6	9.6	7.7	169.0	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.7	13.1	128.0	2008,351
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3.3	6.2	27.9	180.0	2008,467

Итого 29.8 35.9 121.4 904.8

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62 коп.

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	4.0	4.2	12.1	89.0	2011,40
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/5	3.1	5.6	8.0	96.0	2008,84
ЗРАЗЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ	100	14.3	15.2	32.7	240.5	2008,317
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.2	8.0	13.8	142.8	2008,350
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0.5	0.1	28.1	116.0	2008,401
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,к/к
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	2008,к/к

Итого

32.9 37.1 145.7 935.7

78.1 86.7 354.8 2436.

Директор столовой № 4 Г.А. Подлеснова Петербург Зав. производством Н.М. Гаврилова Л.В.

Калькулятор

Гаврилова Л.В.

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №

182
документы

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ
10 СЕНТЯБРЯ 2022 ГОД

12 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87 руб.45 коп.

Наименование	Выход продукт(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ . . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94.5	2008,2
СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕН.МОЛОКОМ	150/30	18.4	14.1	31.9	278.8	2012,231
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.0	2008,432
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.0	2008,к/к

Итого

23.9 16.8 96.8 588.7
ОБЕД 131 руб.17 коп.

Наименование	Выход продукт(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.1	4.6	49.8	2008,40
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	3.0	2.2	15.7	95.2	2008,98
ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ	80/30	7.8	16.7	10.6	181.0	12Г,286/356
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.0	2008,323
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ.	200	0.5	0.1	34.0	141.0	2008,399
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,к/к

Итого

21.1 29.6 136.0 835.4

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 218 руб.62КОП.

Наименование	Выход продукт(г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ . С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	100	0.5	4.9	7.4	77.0	2013,37
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ, ГОВЯДИНОЙ	250/10	6.2	4.5	19.6	155.4	2008,98
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	11.7	11.9	3.1	214.3	2008,259
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	180	6.6	5.8	37.6	209.2	2008,331
СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1.0	0.2	19.2	92.0	2008,432
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.7	20.4	92.0	2008,к/к
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.8	115.0	2008,к/к

Итого

32.4 30.9 128.1 954.9

Всего 77.4 77.3 360.9 2379.

Директор столовой № 4 _____
Н.М. Подлеснова

Зав. производством _____

Калькулятор _____

Гаврилова Л.В.