



Лицензия № С.С. Коряковцев  
182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Й

21 НОЯБРЯ 2022 ГОД

1 ДЕНЬ

ЛГOTНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ . . . . .	25	1.1	8.4	7.5	110.	2008,1
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВО	155	5.6	6.4	24.8	179.	2008,189
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.	2008,432
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 ОБЕД 131-17 10.6 17.7 77.5 510.8

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ . . . . .	60	0.8	6.1	4.0	73.8	2008,51
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ. И КАРТОФЕЛЕМ	200	3.1	2.2	15.2	93.6	2008,101
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	250	22.1	22.1	31.0	342.1	2012,298
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ . . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105	2008,436
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
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ . . . . .	50	3.2	7.0	26.2	180.5	2008,470

Итого  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 218-62 34.6 40.3 135.5 957.5

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ . . . . .	100	1.4	10.1	6.6	123	2008,51
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛ. И КАРТОФЕЛЕМ	250	3.9	2.8	19.0	117	2008,101
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	24.7	23.4	34.7	383.2	2012,298
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ . . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105	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	2008,К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	87	2008,К/К

Итого

40.3 42.4 132.1 1022.  
85.5 100.4 345.1 2490.

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

ПОДЛЕСНОВА Н.М

СОКОЛОВА Ю.В



утверждаю  
ДИРЕКТОР  
ГБОУ СОШ № 82  
Санкт-Петербург  
Санкт-Петербург  
бюджетное образовательное учреждение  
школа № 82 Красногвардейский район  
г. Санкт-Петербург  
198236, г. Санкт-Петербург, ул. Генерала Кузнецова, д. 182  
тел. 8(812) 503-71-15 \* 503-71-16 \* 503-71-17 \* 503-71-18 \* 503-71-19  
факс 8(812) 503-71-15 \* 503-71-16 \* 503-71-17 \* 503-71-18 \* 503-71-19  
e-mail: oxta@yandex.ru  
http://oxta.su"/>

Лобков - С.Р. Коресовчук

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ  
22 НОЯБРЯ 2022 ГОД

2 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 ДЖЕМОМ . . .	20/15	1.2	0.2	22.0	94	2008,2011
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ . . . . .	150/5	5.1	7.5	18.9	163.	2008,189
ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .	200	0.2	0.1	15.0	60	2008,430
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.4	2008,К/К
МАНДАРИН СВЕЖИЙ. . . . .	100	0.8	0.0	7.5	38	2008,К/К
Итого		9.3	9.0	76.4	425.4	
ОБЕД 131-17						

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ И ЯЙЦОМ. . .	60/20	2.3	5.9	4.8	72.5	2012,18/213
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ . . .	200/20	6.5	2.4	18.4	120.9	2008,92
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И . . .	90/50	14.6	23.8	13.5	337.3	301,371
СОУС СМЕТАННЫЙ . . . . .						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	191	2008,331
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	2008,402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . .	40	3.2	1.7	20.4	92	2008,К/К
МИКРОНУТРИЕНТАМИ .						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	25	2.0	1.2	13.0	70.44	2008,К/К
Итого		34.7	39.9	133.1	1015.	
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ	218-62					

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ И ЯЙЦОМ. . .	80/20	2.9	7.4	6.1	90.7	2012,18/213
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ . . .	250/25	2.2	3.0	8.2	136.5	2008,92
ПЕЧЕНЬ ГОВЯДЫЯ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ. . . .	100/100	26.8	17.2	17.8	336.0	2008,261/37
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.6	5.8	37.6	229.2	2008,331
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ. . .	200	0.6	0.1	31.7	131	2008,402
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . .	40	3.2	1.7	20.4	92	2008,К/К
МИКРОНУТРИЕНТАМИ .						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.9	20.8	115	2008,К/К
Итого		45.5	37.1	142.6	1130.	

89.5 86.0 352.1 2571.

Директор Подлеснова Н.М.

Зав. производством

Калькулятор

Соколова Ю.В.

УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР  
ГБОУ СОШ №

Лобов - С.С. директор

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

23 НОЯБРЯ 2022 ГОД

3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45



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, 3
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ, МАСЛОМ СЛИВОЧН	150/5	5.6	6.9	24.4	183	2008, 189
КАКАО С МОЛОКОМ . . . . .	200	2.9	2.5	24.8	134	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	2008, К/К

Итого 18.0 16.1 97.3 667.5  
ОБЕД 131-17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТ ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ. . . . .	60/20	3.4	7.8	0.2	87.2	2011, 52/209
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.4	2.3	13.8	106.4	2008, 91
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ. . . . .	90	10.9	11.9	9.7	189.7	2012, 282
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ . . . . .	150	3.1	5.4	20.3	141	2008, 335
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ. . . . .	200	0.7	0.1	37.0	151	2008, 406
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 25.7 30.4 114.4 837.7  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 218-62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛ. РАСТ.	100	1.4	3.6	8.3	75.8	2011, 52
РАССОЛЬНИК "ЛЕНИНГРАДСКИЙ" СО СМЕТАНОЙ	250/5	4.1	1.2	20.5	116.5	2008, 91
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕНЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15.0	15.4	12.6	250	2008.27
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ . . . . .	180	3.7	6.5	24.4	169.2	2008, 335
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ. . . . .	200	0.7	0.1	37.0	151	2008, 406
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 31.3 30.4 144.0 969.5  
75.0 76.9 355.7 2474.

Директор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

ПОДЛЕСНОВА Н.М.

Калькулятор

ГАВРИЛОВА Л.В.



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
М Е Н Ю



24 НОЯБРЯ 2022 ГОД

4 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ  
ЗАВТРАК ЦЕНА 87.45

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	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  
ОБЕД ЦЕНА 131.17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	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 . .	90/50	12.6	9.5	14.1	199.4	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 30.3 27.4 135.6 900.3

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
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 . .	100/50	14.0	21.0	15.6	221.6	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

36.6 45.0 159.2 1088.  
85.2 106.4 343.0 2558.

Директор

Зав. производством

Калькулятор

ПОДЛЕСНОВА Н.М.

СОКОЛОВА Ю.В.

УТВЕРЖДАЮ



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

25 НОЯБРЯ 2022 ГОД

5 ДЕНЬ  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА - 87.45

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	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 ЦЕНА - 131.17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	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	250	15.4	15.5	24.9	330.8	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  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД- 218.62

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн.	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  
71.2 72.4 349.5 2361.

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

ПОДЛЕСНОВА Н.М.

СОКОЛОВА Ю.В.



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

26 НОЯБРЯ 2022 ГОД

6 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 СЫРОМ . . . . .	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	2008.3
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕН.	150/20	31.0	18.0	28.6	336.4	2008,224
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.	2008,432
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.0	7.5	38.	2008,К/К

Итого 37.8 23.8 65.9 569.5

ОБЕД ЦЕНА 131.17

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ. . . . .	60	5.5	8.2	2.1	104.4	2008,27
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ. . . . .	200/10	4.2	5.7	10.5	113.2	2008,94
ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ . . . . .	250	28.2	26.8	22.3	443.3	2008,258
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .	200	0.5	0.1	34.0	141.	2008,399
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
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	87.	2008,К/К

Итого 47.3 46.2 107.2 1051.

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 СЫРА, ЯБЛОК И ОГУРЦОВ. . . . .	100	9.1	13.7	3.5	174	2008,27
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ . . . . .	250	2.3	5.0	12.4	107	2008,94
МЯСО ДУХОВОЕ . . . . .	300	16.2	15.5	31.0	320.8	2011,258
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .	200	0.5	0.1	34.0	141	2008,399
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 34.5 37.9 122.1 949.8  
119.6 107.9 295.2 2570.

Директор

Зав. производством

Н.М. Подлеснова

Калькулятор

Гаврилова Л.В.