

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
М Е Н Ю  
24 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД  
1 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45



| Наименование                           | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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 131-17 10.6 17.7 77.5 510.8

| Наименование  | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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         | 20.9        | 31.0       | 342.9                  | 2012,298                                |
| НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ . . . . .                       | 200                 | 0.2          | 0.0         | 25.7       | 105                    | 2008,436                                |
| ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>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 218-62 34.6 39.1 135.5 958.2

| Наименование   | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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                                      | 250                 | 22.1         | 20.9        | 31.0       | 342.1                  | 2012,298                                |
| НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ. . . . .                        | 200                 | 0.2          | 0.0         | 25.7       | 105                    | 2008,436                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>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 37.7 39.9 128.4 981.1  
82.9 96.7 341.4 2450.

Директор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_  
ПОДЛЕСНОВА Н.М. ГАВРИЛОВА Л.В.

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю  
25 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

2 день

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ



ЗАВТРАК 87-45

| Наименование  | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г)  | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>рецептура |
|---|---------------------|--------------|-------------|-------------|------------------------|---|
| БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . .                                   | 20/15               | 1.2          | 0.2         | 22.0        | 94                     | 2008, 2011                              |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ<br>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                               |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>9.3</b>   | <b>9.0</b>  | <b>76.4</b> | <b>425.4</b>           |   |

ОБЕД 131-17

| Наименование  | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г)   | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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. . .                          | 80/30               | 13.0         | 22.9        | 13.0         | 310.4                  | 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_ . .<br>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                               |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>33.1</b>  | <b>39.0</b> | <b>132.6</b> | <b>988.4</b>           |   |

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 218-62

| Наименование  | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г)   | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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 ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ<br>СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ. . . . . | 100                 | 10.9         | 15.1        | 5.9          | 151.7                  | 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_ . .<br>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                               |
| <b>Итого</b>  |                     | <b>29.6</b>  | <b>35.0</b> | <b>130.7</b> | <b>946.1</b>           |   |
|   |                     | <b>72.0</b>  | <b>83.0</b> | <b>339.7</b> | <b>2359.</b>           |   |

Директор \_\_\_\_\_  
ПОДЛЕСНОВА Н.М.

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_  
ГАВРИЛОВА Л.В.



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
М Е Н Ю  
26 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД  
3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 87-45



| Наименование                          | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг.<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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  
ОБЕД 131-17 18.0 16.1 97.3 667.5

| Наименование   | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг.<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>рецептура |
|--|---------------------|--------------|-------------|------------|-------------------------|---|
| САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТ<br>ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ. . . . . | 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 РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>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 . .<br>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 218-62 25.7 30.4 114.4 837.7

| Наименование   | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг.<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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 РУБЛЕННЫЙ 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 . .<br>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  
75.0 76.9 355.7 2474.

Директор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_  
ПОДЛЕСНОВА Н.М. ГАВРИЛОВА Л.В.

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

27 ОКТЯБРЯ 2022 ГОД

4 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 87-45



| Наименование                       | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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_ . . | 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 28.9 26.3 134.0 878.1

Льготное питание для старших классов 218-62

| Наименование                          | Выход<br>продук (г) | Белки<br>(г) | Жиры<br>(г) | У/в<br>(г) | Энерг<br>ценн.<br>Ккал | Технологич.<br>справочник,<br>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      | 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 33.8 32.4 156.1 1043.  
81.0 92.7 338.3 2492.

Директор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_  
ПОДЛЕСНОВА Н.М. ГАВРИЛОВА Л.В.