Утверждаю
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ № 193

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю

22 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОД

2 день

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 68.50

Наименование	Выход продук(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 ЦЕНА 119.50

Наименование	Выход продук(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	80	12.6	21.7	11.1	290	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	2008,331
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	2008,402
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		33.1	39.0	132.6	988.4	

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 188 РУБ.

Наименование	Выход продук(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 ГОВЯЖЬЯ,ТУШЕНАЯ В СОУСЕ 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_. . 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		29.6	35.0	130.7	946.1	
Всего		72.0	83.0	339.7	2359.	

Директор _____ ПОДЛЕСНОВА Н.М.

Зав.производством _____

Калькулятор _____ ГАВРИЛОВА Л.В.

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ № 182

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

24 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОД

4 ДЕНЬ
ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 68.50

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	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 ЦЕНА 119.50

Наименование	Выход продук(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	

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 188 РУБ.

Наименование	Выход продук(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 _____ ПОДЛЕСНОВА Н.М.

Зав.производством _____

Калькулятор _____ ГАВРИЛОВА Л.В.

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР СОШ № 122

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю

25 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОД

5 ДЕНЬ

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 68.50

Наименование	Выход продук(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		12.9	12.3	117.3	663.5	

ОБЕД ЦЕНА 119.50

Наименование	Выход продук(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	

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 188.00

Наименование	Выход продук(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 ПОДЛЕСНОВА Н.М. Зав.производством Калькулятор ГАВРИЛОВА Л.В.

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю

26 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОД

6 ДЕНЬ

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 68.50

Наименование	Выход продук(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 119.50

Наименование	Выход продук(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	230	25.9	24.7	20.6	407.8	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		45.0	44.1	105.5	1015.	

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 188.00

Наименование	Выход продук(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	
Всего		117.3	105.8	293.5	2535.	

Директор _____ Н.М. Подлеснова

Зав.производством _____

Калькулятор _____ Гаврилова Л.В.

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР
ГБОУ СОШ № 182
Адамович В.В.

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №
М Е Н Ю
21 ФЕВРАЛЯ 2022 ГОД
1 ДЕНЬ
ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 68.50

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.	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		10.6	17.7	77.5	510.8	

ОБЕД ЦЕНА 119.50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	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	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 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		34.6	39.1	135.5	958.2	

ПЛАТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 188 .00

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	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	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 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	
Всего		82.9	96.7	341.4	2450.	

Директор _____ Зав.производством _____ Калькулятор _____

ПОДЛЕСНОВА Н.М. ГАВРИЛОВА Л.В.

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Столовая № 4 Санкт-Петербург