



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ  
30 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
12 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ



ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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 . . .             | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ. . . . . | 150                 | 8.2          | 13.6        | 31.3       | 280.1                  | 2008,211                                |
| 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                  | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .               | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого 12.0 23.7 76.8 567.0  
ОБЕД 145 руб.30 коп.

| 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>И ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ . . . . . | 80                  | 4.0          | 4.7         | 12.2       | 107.0                  | 2017,52/209                             |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                                  | 200/5               | 2.5          | 4.5         | 4.2        | 66.88                  | 2008,85                                 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ . .                               | 90                  | 15.5         | 11.7        | 8.7        | 202.4                  | 2008,280                                |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ. . . . .             | 150                 | 3.8          | 10.4        | 22.0       | 196.3                  | 2008,134                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                              | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. МДЖ 2.5%. . . . .                                | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |

Итого 36.6 36.8 109.0 913.1  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70коп.

| 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 МАСЛО РАСТИ<br>ТЕЛЬНЫМ ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ . . . . . | 120                 | 5.9          | 7.1         | 18.3       | 160.6                  | 2017,52/209                             |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ<br>И СМЕТАНОЙ. . . . .                 | 250/15/10           | 6.9          | 9.6         | 5.2        | 134.7                  | 2008,85                                 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ ИЯЙЦОМ. . .                                     | 100                 | 17.3         | 13.0        | 9.7        | 224.9                  | 2008,280                                |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ. . . . .                   | 200                 | 5.1          | 13.8        | 29.3       | 261.6                  | 2008,134                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                      | 60                  | 4.3          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. МДЖ 2.5%. . . . .                                      | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                                    | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.                    | к/к                                     |

Итого 47.8 49.9 143.5 1214.  
96.4 110.4 329.3 2694.

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ  
29 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
11 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008,2                                  |
| КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. . . . . | 150                 | 4.7          | 7.5         | 20.1       | 166.5                  | 2008,190                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .                | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008,432                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ        | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                     | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | к/к                                     |

Итого 9.8 14.6 87.8 521.2  
ОБЕД 145 руб.30 коп.

| 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 ВИТАМИННЫЙ /1 ВАРИАНТ/. . .                            | 60                  | 0.7          | 3.1         | 5.7        | 53.76                  | 2008,41                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ. . . . .                           | 200                 | 3.0          | 2.2         | 15.7       | 94.72                  | 2008,98                                 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ<br>С СУБПРОДУКТАМИ /ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ/ | 250                 | 20.2         | 19.8        | 44.6       | 437.4                  | 2008,299                                |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .                              | 200                 | 0.6          | 0.1         | 31.7       | 130.1                  | 2008,402                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |

Итого 30.6 28.0 136.7 921.6  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70 коп.

| 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 ВИТАМИННЫЙ /1 ВАРИАНТ/. . .                            | 100                 | 1.2          | 5.2         | 9.5        | 89.6                   | 2008,41                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИН                          | 250/15              | 7.5          | 6.8         | 19.6       | 169.5                  | 2008,98                                 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ<br>С СУБПРОДУКТАМИ /ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ/ | 300                 | 24.2         | 23.8        | 53.5       | 524.7                  | 2008,299                                |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .                              | 200                 | 0.6          | 0.1         | 31.7       | 130.1                  | 2008,402                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 60                  | 4.4          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                                        | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.50                  | к/к                                     |

Итого 41.5 39.5 172.9 1213.  
81.9 82.1 397.4 2655.

Зав. производством

Бухгалтер Соколова



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

МЕНЮ

28 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

10 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК ЦЕНА 96 РУБ.90КОП.

| 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                                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. . . . .         | 150                 | 14.5         | 23.8        | 2.7        | 283.3                  | 2008,214                                |
| КАКАО С МОЛОКОМ. . . . .           | 200                 | 2.9          | 2.5         | 24.8       | 133.3                  | 2008,433                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| МАНДАРИ СВЕЖИЙ. . . . .            | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.1        | 23.4                   | к/к                                     |

Итого 24.4 32.1 53.0 598.6

ОБЕД ЦЕНА 145 РУБ.30КОП.

| 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                  | 2.3          | 4.8         | 4.5        | 70.89                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ                                | 200                 | 5.1          | 3.6         | 14.9       | 112.4                  | 2008,99                                 |
| БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ. . . . .                       | 90                  | 14.1         | 20.3        | 11.9       | 286.2                  | 2017,268                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                       | 150                 | 3.6          | 4.6         | 37.7       | 206.6                  | 2008,323                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                        | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |

Итого 32.2 36.3 126.0 959.6

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70 КОП

| 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                 | 3.8          | 8.1         | 7.5        | 118.1                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ                    | 250/15              | 10.2         | 8.5         | 18.6       | 191.6                  | 2008,99                                 |
| БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ. . . . .                       | 100                 | 15.7         | 22.5        | 13.2       | 318.1                  | 2017,268                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                       | 200                 | 4.8          | 6.1         | 50.3       | 275.3                  | 2008,323                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                        | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.9                  | к/к                                     |
| МАНДАРИ СВЕЖИЙ. . . . .                                   | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.0        | 23.41                  | к/к                                     |

Итого 43.5 48.9 160.9 1258.

100.1 117.3 339.9 2816.

Зав. производством

Бухгалтер Соколова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

27 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

9 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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. . . . .           | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ | 150                 | 3.8          | 6.1         | 20.9       | 153.4                  | 2008,189                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .             | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008,432                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .  | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого

8.8 17.4 73.6 485.6

ОБЕД 145 руб.30коп

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ. . . . . | 60                  | 1.6          | 4.2         | 5.8        | 67.67                  | 2017,40                                 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ<br>СО СМЕТАНОЙ . . . . .   | 200/5               | 2.5          | 4.5         | 6.4        | 75.84                  | 2008,84                                 |
| РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ. . .                         | 90/50               | 15.3         | 6.7         | 5.7        | 144.4                  | 2008,231                                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ . . . . .                                 | 150                 | 2.9          | 4.7         | 23.5       | 147.9                  | 2008,333                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. . . . .                                | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ         | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.МДЖ 2.5% . . . . .                         | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |

Итого

32.8 25.7 109.7 801.5

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70коп.

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ. . . . .        | 100                 | 2.7          | 7.1         | 9.6        | 112.9                  | 2017,40                                 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ<br>ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ . . . . . | 250/15/10           | 6.9          | 9.6         | 8.0        | 145.9                  | 2008,84                                 |
| РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ. . . .                              | 100/50              | 16.4         | 7.2         | 6.2        | 154.8                  | 2008,231                                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ . . . . .                                        | 200                 | 3.9          | 6.3         | 31.3       | 197.1                  | 2008,333                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. . . . .                                       | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.МДЖ 2.5% . . . . .                                | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                              | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого

42.2 36.8 142.5 1068.

83.8 79.9 325.8 2355.

Зав. производством

Бухгалтер Соколова



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

МЕНЮ  
26 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
8 ДЕНЬ  
Льготное питание для младших классов



ЗАВТРАК 96 РУБ.90КОП.

| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008,2                                  |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА/ЗАПЕЧЕННЫЙ/<br>С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ. . . . . | 170                 | 20.4         | 15.4        | 29.2       | 337.0                  | 2008225/384                             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ. . . . .                               | 200/7               | 0.3          | 0.1         | 15.2       | 62.9                   | 2008,431                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. .                          | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ. . . . .                                       | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 24.5 21.1 84.5 626.0  
ОБЕД 145 РУБ.30 КОП.

| 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         | 3.9        | 73.74                  | 2008,51                                 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . .                       | 200/5               | 2.4          | 3.3         | 8.2        | 72.48                  | 2008,95                                 |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ С ОМЛЕТОМ. . .                | 90                  | 12.9         | 13.7        | 8.7        | 209.3                  | 2008,317                                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ. . . . .                                 | 150                 | 3.4          | 6.7         | 13.1       | 126.3                  | 2008,351                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 26.6 32.8 90.9 765.3  
Льготное питание для старших классов ОБЕД 284 руб.70 коп.

| 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        | 122.9                  | 2008,51                                 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ                   | 250/15/10           | 6.8          | 8.2         | 10.2       | 141.8                  | 2008,95                                 |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ С ОМЛЕТОМ. . .                | 100                 | 14.3         | 15.2        | 9.7        | 232.6                  | 2008,317                                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ. . . . .                                 | 200                 | 4.5          | 8.9         | 17.5       | 168.0                  | 2008,351                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.9                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ. . . . .                              | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 36.1 46.1 115.4 1020.  
87.2 100.0 290.8 2412.

Зав. производством

Бухгалтер Соколова



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
МЕНЮ

25 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
7 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 96 РУБ.90КОП.

| 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 С МАСЛОМ СЛИВОЧ. . . . . | 150                 | 5.4          | 6.7         | 23.6       | 176.1                  | 2008,189                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .                        | 200                 | 0.2          | 0.0         | 15.0       | 61.7                   | 2008,430                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .   | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ. . . . .                   | 20                  | 1.5          | 2.0         | 14.9       | 83.6                   | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ . . . . .                         | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | к/к                                     |

Итого 14.0 14.7 84.2 525.4  
ОБЕД ЦЕНА 145 РУБ. 30КОП.

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ. . . . .           | 60                  | 0.9          | 3.1         | 4.6        | 49.62                  | 2008,40                                 |
| БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ . . . . .         | 200/5               | 6.8          | 5.7         | 8.6        | 113.6                  | 2008,80                                 |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ. . . . .                  | 250                 | 13.8         | 12.7        | 45.5       | 351.4                  | 2017,291                                |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .                | 200                 | 0.5          | 0.1         | 34.0       | 138.9                  | 2008,399                                |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. . . . .   | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . . | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |

Итого 28.1 24.4 131.7 859.1  
Льготное питание для старших классов обед 284 руб.70 коп

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ. . . . .             | 100                 | 1.5          | 5.1         | 7.7        | 82.7                   | 2008,40                                 |
| БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ. . . . . | 250/15/10           | 12.3         | 11.2        | 10.8       | 193.1                  | 2008,80                                 |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ. . . . .                    | 300                 | 16.5         | 15.2        | 54.6       | 421.8                  | 2017,291                                |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .                  | 200                 | 0.5          | 0.1         | 34.0       | 138.9                  | 2008,399                                |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. . . . .     | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .   | 60                  | 4.4          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ. . . . .                   | 40                  | 3.0          | 4.0         | 29.8       | 167.2                  | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ . . . . .                         | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | к/к                                     |

Итого 41.8 39.3 195.5 1302.  
83.9 78.4 411.4 2687.

Зав. производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Соколова



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю  
23 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

6 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 96РУБ.90 КОП.



| 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 СЛИВОЧНЫМ . .                            | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ, И СОУСОМ<br>МОЛОЧНЫМ. . . . . | 170                 | 8.7          | 12.1        | 46.3       | 329.2                  | 2008,193367                             |
| КАКАО С МОЛОКОМ. . . . .                                    | 200                 | 2.9          | 2.5         | 24.8       | 133.3                  | 2008,433                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                        | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                             | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.0        | 23.41                  | К/К                                     |

Итого 15.2 24.3 96.6 666.4  
ОБЕД 145 РУБ. 30 КОП.

| 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 РАС-<br>ТИТЕЛЬНЫМ, ЯЙЦОМ ВАРЕННЫМ. . . . . | 80                  | 4.0          | 4.7         | 12.2       | 107.0                  | 2017,52/209                             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ . . . . .                                                   | 200                 | 2.9          | 2.3         | 15.4       | 93.48                  | 2008,92                                 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ. . . . .                                                     | 250                 | 25.2         | 27.7        | 15.5       | 412.7                  | 2008,306                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .                                                      | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                   | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                         | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 39.2 37.7 100.1 896.7  
Льготное питание для старших классов ОБЕД 284 РУБ. 70 КОП.

| 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 РАС-<br>ТИТЕЛЬНЫМ, ЯЙЦОМ ВАРЕННЫМ. . . . . | 120                 | 5.9          | 7.1         | 18.3       | 160.6                  | 2017,52/209                             |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ. . . . .                                            | 250/25              | 4.1          | 3.0         | 14.3       | 100.2                  | 2008,92                                 |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ. . . . .                                                     | 300                 | 30.3         | 33.3        | 18.6       | 495.3                  | 2008,306                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .                                                      | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                   | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                         | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                                              | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.0        | 23.41                  | К/К                                     |

Итого 49.3 47.1 122.5 1110.  
103.7 109.1 319.2 2674.

Зав. производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_ Соколова

УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю

22 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

5 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 96 руб. 90 коп.



| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008, 2                                 |
| КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛ.СЛИВ | 150                 | 4.9          | 7.2         | 18.3       | 158.1                  | 2008, 189                               |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .              | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008, 432                               |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. .  | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ. . . . .             | 20                  | 0.6          | 0.7         | 15.5       | 70.7                   | К/К                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                 | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | К/К                                     |

Итого

10.6 15.1 101.0 582.5

ОБЕД 145 руб. 30 коп.

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ<br>МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ. . . . . | 60                  | 0.8          | 4.7         | 5.1        | 66.26                  | 2017, 37                                |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ . . . . .                                     | 200                 | 2.6          | 4.0         | 9.9        | 86.42                  | 2008, 94                                |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫЙ<br>С ТОМАТОМ. . . . .                 | 90/50               | 13.4         | 9.5         | 15.3       | 200.6                  | 2008, 245372                            |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ. . . . .                                              | 150                 | 3.1          | 5.4         | 20.3       | 142.1                  | 2008, 335                               |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .                                               | 200                 | 0.5          | 0.1         | 28.1       | 115.3                  | 2008, 401                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                      | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.МДЖ 2.5%                                   | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | К/К                                     |

Итого

30.2 29.0 122.6 873.3

Льготное питание для старших классов ОБЕД 284 руб. 70 коп.

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ<br>МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ. . . . . | 100                 | 1.3          | 7.9         | 8.5        | 110.4                  | 2017, 37                                |
| СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИНОЙ                                   | 250/15              | 7.1          | 9.1         | 12.4       | 159.2                  | 2008, 94                                |
| ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫЙ С<br>ТОМАТОМ. . . . .                 | 100/50              | 14.4         | 10.2        | 16.4       | 215.0                  | 2008, 245372                            |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ. . . . .                                              | 200                 | 4.1          | 7.2         | 27.1       | 189.6                  | 2008, 335                               |
| КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .                                               | 200                 | 0.5          | 0.1         | 28.1       | 115.3                  | 2008, 401                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                      | 60                  | 4.3          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.МДЖ 2.5%                                   | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | К/К                                     |
| ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ. . . . .                                              | 40                  | 1.2          | 1.4         | 31.0       | 141.4                  | К/К                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                                  | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | К/К                                     |

Итого

40.2 42.1 186.5 1285.

81.0 86.2 410.1 2741.

Зав. производством

Бухгалтер

Соколова

ДИРЕКТОР  
ГБОУ СОШ № 182

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

21 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
4 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ. 90 КОП.



| 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                                  |
| ОМЛЕТ С СЫРОМ . . . . .            | 150                 | 17.4         | 27.0        | 2.5        | 322.4                  | 2008,215                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . . . .  | 200/7               | 0.3          | 0.1         | 15.2       | 62.9                   | 2008,431                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ . . . . .          | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 24.8 32.9 43.2 568.0  
ОБЕД 145 РУБ. 30 КОП.

| 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 МОРКОВНАЯ . . . . .              | 60                  | 2.3          | 4.8         | 4.5        | 70.86                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 200/10              | 6.0          | 3.7         | 21.2       | 141.9                  | 2008,99/73                              |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ. . | 90/50               | 13.0         | 9.7         | 14.5       | 197.7                  | 2017,297326                             |
| РИС ОТВАРНОЙ . . . . .                | 150                 | 3.7          | 6.3         | 32.8       | 202.6                  | 2008,325                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .               | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . . | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .  | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 32.1 27.5 130.0 896.6  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 РУБ.70 КОП

| 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 МОРКОВНАЯ . . . . .                                     | 100                 | 3.8          | 8.1         | 7.5        | 118.1                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГОВЯДИНОЙ<br>И ГРЕНКАМИ. . . . . | 250/15/10           | 11.3         | 8.6         | 26.5       | 228.5                  | 2008,99/73                              |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ. .                        | 100/50              | 14.0         | 10.4        | 15.6       | 212.0                  | 2017,297326                             |
| РИС ОТВАРНОЙ . . . . .                                       | 200                 | 4.9          | 8.4         | 43.7       | 270.0                  | 2008,325                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .                                      | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ .       | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ . . . . .                                    | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 43.1 39.2 164.7 1184.  
100.0 99.6 337.9 2648.  
Зав. производством \_\_\_\_\_ Бухгалтер Соколова



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю

20 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ.90 КОП.



| 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. . . . .          | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ, МАСЛОМ СЛИВ | 150                 | 5.4          | 6.2         | 24.0       | 173.4                  | 2008,189                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .           | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008,432                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | к/к                                     |

Итого

10.4 17.4 77.2 506.7

ОБЕД 145 РУБ.30 КОП.

| 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 С СЕЛЬДЬЮ С/С . . . .                         | 80                  | 4.2          | 7.8         | 4.0        | 102.8                  | 2008,52                                 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>И КАРТОФЕЛЕМ. . . . .           | 200                 | 3.2          | 2.2         | 15.2       | 93.44                  | 2008,101                                |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ<br>СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 90/50               | 25.0         | 16.1        | 16.6       | 310.8                  | 2008,261373                             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                            | 150                 | 3.6          | 4.6         | 37.7       | 206.5                  | 2008,323                                |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. . . . .                                      | 200                 | 0.2          | 0.0         | 25.7       | 103.6                  | 2008,436                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ         | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                           | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.МДЖ 2.5%                          | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |

Итого

46.0 36.0 143.1 1079.

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 РУБ.70 КОП.

| 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 С СЕЛЬДЬЮ С/С . . . .                         | 120                 | 6.4          | 11.6        | 6.0        | 154.2                  | 2008,52                                 |
| СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ<br>КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ. . . . . | 250/15              | 7.7          | 6.8         | 19.0       | 167.9                  | 2008,101                                |
| ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ<br>СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ | 100/100             | 26.8         | 17.2        | 17.8       | 333.2                  | 2008,261373                             |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                            | 200                 | 4.8          | 6.1         | 50.3       | 275.3                  | 2008,323                                |
| НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. . . . .                                      | 200                 | 0.2          | 0.0         | 25.7       | 103.6                  | 2008,436                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ         | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                           | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАК.МДЖ 2.5%                          | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                                          | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | к/к                                     |

Итого

57.5 47.9 182.3 1390.  
113.9 101.3 402.6 2976.

Зав. производством

Бухгалтер

Директор

ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

М Е Н Ю  
19 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

2 день  
Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК 96 РУБ. 90 КОП.

| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008, 2                                 |
| ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ<br>АБРИКОСОВЫМ . . . . . | 170                 | 25.7         | 13.1        | 39.1       | 377.1                  | 2008, 224384                            |
| ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .                                | 200                 | 0.2          | 0.1         | 15.0       | 61.7                   | 2008, 430                               |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                   | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.4                   | К/К                                     |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ. . . . .                               | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.1        | 23.53                  | К/К                                     |

Итого 29.6 18.8 94.2 664.3  
ОБЕД 145 РУБ.30 КОП.

| 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 ВАРЕН                                   | 80                  | 2.5          | 4.9         | 4.8        | 73.71                  | 2017, 56/209                            |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,<br>И СМЕТАНОЙ. . . . .              | 200/5               | 2.6          | 4.5         | 9.7        | 89.28                  | 2008, 76                                |
| РЫБА /ФИЛЕ ТРЕСКИ/ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ /ГАРНИР-КАРТОФЕЛЬ ОТВ/ | 250                 | 17.8         | 17.6        | 24.9       | 329.3                  | 2008,<br>237/333/371                    |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                                   | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008, 442                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                 | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                     | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 30.0 30.0 96.4 775.7  
Льготное питание для старших классов ОБЕД 284 РУБ.70 КОП.

| 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 ВАРЕН                                  | 120                 | 3.8          | 7.4         | 7.2        | 110.6                  | 2008, 56/209                            |
| БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ,<br>ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ. . . . .   | 250/15/10           | 7.0          | 9.6         | 12.1       | 162.7                  | 2008, 76                                |
| РЫБА /ФИЛЕ ТРЕСКИ/ЗАПЕЧЕННАЯ В<br>СМЕТАННОМ СОУСЕ /ГАРНИР-КАРТОФЕЛЬ ОТВ | 300                 | 21.3         | 21.2        | 29.8       | 395.2                  | 2008,<br>237/333/371                    |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                                  | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008, 442                               |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                    | 60                  | 4.4          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| МАНДАРИН СВЕЖИЙ. . . . .                                                | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.1        | 23.53                  | К/К                                     |

Итого 41.2 41.8 120.5 1023.  
100.8 90.6 311.1 2463.

Зав. производством

БУХГАЛТЕР

СОКОЛОВА Ю.В.



УТВЕРЖДАЮ  
ДИРЕКТОР  
ГБОУ СОШ № 182

*М. В. В. Агапьев*

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
М Е Н Ю  
18 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
1 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ. 90КОП.



| 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 С МАЛОМ СЛИВОЧНЫ | 150                 | 5.4          | 6.7         | 23.6       | 176.1                  | 2008,189                                |
| КАКАО С МОЛОКОМ                        | 200                 | 2.9          | 2.5         | 24.8       | 133.3                  | 2008,433                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ     | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.4                   | к/к                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ. . . . .           | 20                  | 1.5          | 2.0         | 14.9       | 83.4                   | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                 | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого 16.7 17.3 93.5 595.8  
ОБЕД 145 РУБ. 30 КОП.

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                             | 60                  | 0.9          | 3.1         | 4.6        | 49.62                  | 2008,40                                 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ                  | 200/5               | 2.4          | 4.6         | 13.8       | 106.4                  | 2008,91                                 |
| ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ. . . . .                | 90                  | 13.5         | 14.4        | 11.7       | 230.6                  | 2017,273                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. . . . .                  | 150                 | 5.5          | 4.8         | 31.3       | 190.4                  | 2008,331                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА . . . . .                        | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                  | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |

Итого 29.1 30.0 124.8 885.7  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284РУБ.70КОП.

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ. . . . .                          | 100                 | 1.5          | 5.1         | 7.7        | 82.7                   | 2008,40                                 |
| РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ<br>И СМЕТАНОЙ. . . . . | 250/15/10           | 6.8          | 9.8         | 17.2       | 184.1                  | 2008,91                                 |
| ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>ЗАПЕЧЕННЫЙ. . . . .        | 100                 | 15.0         | 16.0        | 13.0       | 256.3                  | 2017,273                                |
| МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ. . . . .                        | 200                 | 7.3          | 6.4         | 41.7       | 253.8                  | 2008,331                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА . . . . .                              | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ       | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                        | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ . . . . .                               | 40                  | 3.0          | 4.0         | 29.8       | 167.2                  | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                      | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого 42.2 45.4 191.9 1345.  
88.0 92.7 410.2 2826.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ \_\_\_\_\_

БУХГАЛТЕР *С* СОКОЛОВА Ю.

Директор

ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ

16 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

12 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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 . . .             | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ. . . . . | 150                 | 8.2          | 13.6        | 31.3       | 280.1                  | 2008,211                                |
| 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                  | К/К                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .               | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | К/К                                     |

Итого

12.0 23.7 76.8 567.0

ОБЕД 145 руб.30 коп.

| 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>И ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ . . . . . | 80                  | 4.0          | 4.7         | 12.2       | 107.0                  | 2017,52/209                             |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                                  | 200/5               | 2.5          | 4.5         | 4.2        | 66.88                  | 2008,85                                 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ . .                               | 90                  | 15.5         | 11.7        | 8.7        | 202.4                  | 2008,280                                |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ. . . . .             | 150                 | 3.8          | 10.4        | 22.0       | 196.3                  | 2008,134                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                              | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. МДЖ 2.5%. . . . .                                | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | К/К                                     |

Итого

36.6 36.8 109.0 913.1

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70коп.

| 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 МАСЛО РАСТИ<br>ТЕЛЬНЫМ ЯЙЦОМ ВАРЕНЬМ . . . . . | 120                 | 5.9          | 7.1         | 18.3       | 160.6                  | 2017,52/209                             |
| ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ<br>И СМЕТАНОЙ. . . . .                 | 250/15/10           | 6.9          | 9.6         | 5.2        | 134.7                  | 2008,85                                 |
| РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ. . .                                    | 100                 | 17.3         | 13.0        | 9.7        | 224.9                  | 2008,280                                |
| КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ<br>СОУСЕ. . . . .                   | 200                 | 5.1          | 13.8        | 29.3       | 261.6                  | 2008,134                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                      | 60                  | 4.3          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. МДЖ 2.5%. . . . .                                      | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | К/К                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                                    | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.                    | К/К                                     |

Итого

47.8 49.9 143.5 1214.

96.4 110.4 329.3 2694.

Зав. производством

Калькулятор

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №

МЕНЮ  
15 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
11 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008,2                                  |
| КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ. . . . . | 150                 | 4.7          | 7.5         | 20.1       | 166.5                  | 2008,190                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК . . . . .                | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008,432                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ        | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                     | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | К/К                                     |

Итого 9.8 14.6 87.8 521.2  
ОБЕД 145 руб.30 коп.

| 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 ВИТАМИННЫЙ /1 ВАРИАНТ/. . . . .                        | 60                  | 0.7          | 3.1         | 5.7        | 53.76                  | 2008,41                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ. . . . .                           | 200                 | 3.0          | 2.2         | 15.7       | 94.72                  | 2008,98                                 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ<br>С СУБПРОДУКТАМИ /ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ/ | 250                 | 20.2         | 19.8        | 44.6       | 437.4                  | 2008,299                                |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .                              | 200                 | 0.6          | 0.1         | 31.7       | 130.1                  | 2008,402                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 30.6 28.0 136.7 921.6  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70 коп.

| 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 ВИТАМИННЫЙ /1 ВАРИАНТ/. . . . .                        | 100                 | 1.2          | 5.2         | 9.5        | 89.6                   | 2008,41                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ И ГОВЯДИН                          | 250/15              | 7.5          | 6.8         | 19.6       | 169.5                  | 2008,98                                 |
| ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ<br>С СУБПРОДУКТАМИ /ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ/ | 300                 | 24.2         | 23.8        | 53.5       | 524.7                  | 2008,299                                |
| КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .                              | 200                 | 0.6          | 0.1         | 31.7       | 130.1                  | 2008,402                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ    | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 60                  | 4.4          | 1.6         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ. . . . .                                        | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.50                  | К/К                                     |

Итого 41.5 39.5 172.9 1213.  
81.9 82.1 397.4 2655.

Зав. производством

Калькулятор  
Соколова Ю.В.

Директор  
ГБОУ СОШ № 182

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

М Е Н Ю

14 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

10 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК ЦЕНА 96 РУБ.90КОП.

| 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                                  |
| ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ. . . . .         | 150                 | 14.5         | 23.8        | 2.7        | 283.3                  | 2008,214                                |
| КАКАО С МОЛОКОМ. . . . .           | 200                 | 2.9          | 2.5         | 24.8       | 133.3                  | 2008,433                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| МАНДАРИ СВЕЖИЙ_ . . . . .          | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.1        | 23.4                   | К/К                                     |

Итого 24.4 32.1 53.0 598.6  
ОБЕД ЦЕНА 145 РУБ.30КОП.

| 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                  | 2.3          | 4.8         | 4.5        | 70.89                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ                                | 200                 | 5.1          | 3.6         | 14.9       | 112.4                  | 2008,99                                 |
| БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ. . . . .                       | 90                  | 14.1         | 20.3        | 11.9       | 286.2                  | 2017,268                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                       | 150                 | 3.6          | 4.6         | 37.7       | 206.6                  | 2008,323                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                        | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 32.2 36.3 126.0 959.6  
Льготное питание для старших классов ОБЕД 284 руб.70 коп

| 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                 | 3.8          | 8.1         | 7.5        | 118.1                  | 2008,56                                 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И ГОВЯДИНОЙ                    | 250/15              | 10.2         | 8.5         | 18.6       | 191.6                  | 2008,99                                 |
| БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ. . . . .                       | 100                 | 15.7         | 22.5        | 13.2       | 318.1                  | 2017,268                                |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ. . . . .                       | 200                 | 4.8          | 6.1         | 50.3       | 275.3                  | 2008,323                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                    | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                        | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.9                  | К/К                                     |
| МАНДАРИ СВЕЖИЙ_ . . . . .                                 | 100                 | 0.5          | 0.1         | 5.0        | 23.41                  | К/К                                     |

Итого 43.5 48.9 160.9 1258.  
100.1 117.3 339.9 2816.

Зав. производством

Калькулятор

Соколова Ю.В.



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
МЕНЮ

13 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

9 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ



ЗАВТРАК 96 руб.90 коп.

| 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. . . . .           | 10/15               | 1.1          | 8.4         | 7.5        | 110.0                  | 2008,1                                  |
| КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ | 150                 | 3.8          | 6.1         | 20.9       | 153.4                  | 2008,189                                |
| КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .             | 200                 | 1.5          | 1.3         | 22.4       | 107.3                  | 2008,432                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .  | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого 8.8 17.4 73.6 485.6  
ОБЕД 145 руб.30коп

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ. . . . . | 60                  | 1.6          | 4.2         | 5.8        | 67.67                  | 2017,40                                 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ<br>СО СМЕТАНОЙ . . . . .   | 200/5               | 2.5          | 4.5         | 6.4        | 75.84                  | 2008,84                                 |
| РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ. . .                         | 90/50               | 15.3         | 6.7         | 5.7        | 144.4                  | 2008,231                                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ . . . . .                                 | 150                 | 2.9          | 4.7         | 23.5       | 147.9                  | 2008,333                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. . . . .                                | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ         | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                         | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.МДЖ 2.5% . . . . .                         | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |

Итого 32.8 25.7 109.7 801.5  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70коп.

| 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 КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ<br>И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ. . . . .        | 100                 | 2.7          | 7.1         | 9.6        | 112.9                  | 2017,40                                 |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ<br>ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ . . . . . | 250/15/10           | 6.9          | 9.6         | 8.0        | 145.9                  | 2008,84                                 |
| РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ. . . .                              | 100/50              | 16.4         | 7.2         | 6.2        | 154.8                  | 2008,231                                |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ . . . . .                                        | 200                 | 3.9          | 6.3         | 31.3       | 197.1                  | 2008,333                                |
| НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. . . . .                                       | 200                 | 0.7          | 0.3         | 24.4       | 103.1                  | 2008,441                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | к/к                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .                                | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | к/к                                     |
| ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.МДЖ 2.5% . . . . .                                | 1/100               | 3.7          | 2.5         | 4.9        | 56.9                   | к/к                                     |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ. . . . .                                              | 100                 | 0.4          | 0.4         | 9.8        | 44.4                   | к/к                                     |

Итого 42.2 36.8 142.5 1068.  
83.8 79.9 325.8 2355.

Зав. производством

Калькулятор  
СОКОЛОВА Ю.В.



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



МЕНЮ  
12 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД  
8 ДЕНЬ  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ.90КОП.

| 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          | 4.3         | 22.0       | 131.5                  | 2008,2                                  |
| ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА/ЗАПЕЧЕННЫЙ/<br>С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ. . . . . | 170                 | 20.4         | 15.4        | 29.2       | 337.0                  | 2008225/384                             |
| ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ. . . . .                               | 200/7               | 0.3          | 0.1         | 15.2       | 62.9                   | 2008,431                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. .                          | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ. . . . .                                       | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 24.5 21.1 84.5 626.0  
ОБЕД 145 РУБ.30 КОП.

| 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         | 3.9        | 73.74                  | 2008,51                                 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ . . . .                        | 200/5               | 2.4          | 3.3         | 8.2        | 72.48                  | 2008,95                                 |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ С ОМЛЕТОМ. . .                   | 90                  | 12.9         | 13.7        | 8.7        | 209.3                  | 2008,317                                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ. . . . .                                    | 150                 | 3.4          | 6.7         | 13.1       | 126.3                  | 2008,351                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                   | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                       | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 26.6 32.8 90.9 765.3  
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70 КОП.

| 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        | 122.9                  | 2008,51                                 |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ                      | 250/15/10           | 6.8          | 8.2         | 10.2       | 141.8                  | 2008,95                                 |
| ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУРЫ С ОМЛЕТОМ. . .                   | 100                 | 14.3         | 15.2        | 9.7        | 232.6                  | 2008,317                                |
| РАГУ ОВОЩНОЕ. . . . .                                    | 200                 | 4.5          | 8.9         | 17.5       | 168.0                  | 2008,351                                |
| СОК ФРУКТОВЫЙ. . . . .                                   | 200                 | 1.0          | 0.2         | 18.0       | 77.8                   | 2008,442                                |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                       | 60                  | 4.3          | 1.7         | 27.9       | 143.9                  | К/К                                     |
| АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ. . . . .                                 | 100                 | 0.6          | 0.1         | 5.1        | 24.09                  | К/К                                     |

Итого 36.1 46.1 115.4 1020.  
87.2 100.0 290.8 2412.

Зав. производством

Калькулятор  
СОКОЛОВА Ю.В.

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 182

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 4 ШКОЛА №  
МЕНЮ

11 СЕНТЯБРЯ 2023 ГОД

7 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК 96 РУБ.90КОП.

| 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 С МАСЛОМ СЛИВОЧ. . . . . | 150                 | 5.4          | 6.7         | 23.6       | 176.1                  | 2008,189                                |
| ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .                        | 200                 | 0.2          | 0.0         | 15.0       | 61.7                   | 2008,430                                |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .   | 25                  | 2.0          | 1.2         | 13.0       | 70.44                  | К/К                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ . . . . .                  | 20                  | 1.5          | 2.0         | 14.9       | 83.6                   | К/К                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ . . . . .                         | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | К/К                                     |

Итого 14.0 14.7 84.2 525.4

ОБЕД ЦЕНА 145 РУБ. 30КОП.

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ. . . . .                             | 60                  | 0.9          | 3.1         | 4.6        | 49.62                  | 2008,40                                 |
| БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ . . . . .                           | 200/5               | 6.8          | 5.7         | 8.6        | 113.6                  | 2008,80                                 |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ. . . . .                                    | 250                 | 13.8         | 12.7        | 45.5       | 351.4                  | 2017,291                                |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .                                  | 200                 | 0.5          | 0.1         | 34.0       | 138.9                  | 2008,399                                |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. . . . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .                   | 40                  | 2.9          | 1.1         | 18.6       | 95.9                   | К/К                                     |

Итого 28.1 24.4 131.7 859.1

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ ОБЕД 284 руб.70 КОП

| 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 КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ. . . . .                             | 100                 | 1.5          | 5.1         | 7.7        | 82.7                   | 2008,40                                 |
| БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ. . . . .              | 250/15/10           | 12.3         | 11.2        | 10.8       | 193.1                  | 2008,80                                 |
| ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ. . . . .                                    | 300                 | 16.5         | 15.2        | 54.6       | 421.8                  | 2017,291                                |
| КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .                                  | 200                 | 0.5          | 0.1         | 34.0       | 138.9                  | 2008,399                                |
| ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. . . . .<br>МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40                  | 3.2          | 1.7         | 20.4       | 109.7                  | К/К                                     |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . . . . .                   | 60                  | 4.4          | 1.7         | 27.9       | 143.8                  | К/К                                     |
| ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ . . . . .                                  | 40                  | 3.0          | 4.0         | 29.8       | 167.2                  | К/К                                     |
| ГРУША СВЕЖАЯ . . . . .                                         | 100                 | 0.4          | 0.3         | 10.3       | 45.5                   | К/К                                     |

Итого 41.8 39.3 195.5 1302.  
83.9 78.4 411.4 2687.

Зав. производством

Калькулятор  
СОКОЛОВА Ю.В.