

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140



*[Handwritten signature]*

*Э.М. Востужова*

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
МЕНЮ**

**«20» января 2025 года**

**Льготное питание для младших классов  
1 день завтрак (104,40 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,6	4,9	7,7	93,9
Каша из пшени и риса молочная жидкая ("ДРУЖБА")	150	4,6	6,6	20,2	159,6
Какао с молоком	200	3,2	3,4	12,3	100,5
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>510</b>	<b>15,1</b>	<b>16,2</b>	<b>65,4</b>	<b>479,6</b>

**ОБЕД (156,50 руб.)**

Салат из квашеной капусты с луком зеленым	60	1,0	3,1	3,6	47,3
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной	200/20/5	6,3	4,3	11,4	115,0
Щницель рубленый	90	9,8	18,3	11,2	210,0
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141,0
Сок вишневый	200	1,0	0,2	30,4	102,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за обед</b>	<b>795</b>	<b>26,1</b>	<b>32,6</b>	<b>109,3</b>	<b>775,5</b>
<b>Всего за день</b>		<b>41,2</b>	<b>48,8</b>	<b>174,7</b>	<b>1 255,1</b>

**Льготное питание для старших классов  
1 день обед (306,80 руб.)**

Салат из квашеной капусты с луком зеленым	100	1,6	5,1	7,7	83,2
Рассольник ленинградский с птицей со сметаной	250/30/5	8,1	5,5	15,6	155,3
Щницель рубленый	120	12,6	24,0	18,0	264,0
Пюре картофельное	180	3,8	6,1	25,6	172,7
Чай с медом	200	0,0	0,0	3,9	17,5
Сок вишневый	200	1,0	0,2	30,4	102,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,8	0,5	25,4	122,4
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
<b>Всего за день</b>	<b>1450</b>	<b>37,3</b>	<b>46,0</b>	<b>162,3</b>	<b>1 136,8</b>

Куратор А.В. Козлова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

О.П. Мелехина



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 140



Э.М. Росычева

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю**

**«21» января 2025 года**

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ  
2 ДЕНЬ ЗАВТРАК (104,40 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Суфле творожное	150	21,8	15,7	23,5	332,5
Джем ягодный	20	0,0	0,0	12,0	48,0
Чай с сахаром	200	0,2	0,0	7,3	30,0
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>625</b>	<b>28,6</b>	<b>19,9</b>	<b>71,3</b>	<b>597,7</b>

**ОБЕД (156,50 руб.)**

Салат из соленых огурцов с луком зеленым	100	2,7	5,1	2,6	67,0
Борщ с капустой и картофелем с говядиной сметаной	200/15/5	5,1	6,5	10,1	146,4
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	240	11,8	15,9	25,0	306,0
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	6,8	27,1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>24,5</b>	<b>28,8</b>	<b>76,9</b>	<b>706,7</b>
<b>Всего за день</b>		<b>53,1</b>	<b>48,7</b>	<b>148,2</b>	<b>1 304,4</b>

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ  
2 ДЕНЬ ОБЕД (306,80 руб.)**

Салат из соленых огурцов с луком зеленым	100	2,7	5,1	2,6	67,0
Борщ с капустой и картофелем с говядиной сметаной	250/30/5	8,1	10,2	12,8	175,1
Рыба, запеченная с картофелем по-русски	300	13,7	18,1	48,2	354,6
Компот из смеси сухофруктов	200	0,0	0,0	6,8	27,1
Ватрушка с повидлом	50	3,1	1,7	31,7	150,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,8	0,5	25,4	122,4
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Мандарин	150	1,2	0,3	11,3	57,0
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
<b>Всего за день</b>	<b>1300</b>	<b>38,40</b>	<b>40,00</b>	<b>163,80</b>	<b>1 121,40</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В. Ковлова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.П. Мелехина



Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140



*Е.М. Россушова*

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю**

**«22» января 2025 года**

**Льготное питание для младших классов  
3 день завтрак (104,40 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,1	8,4	7,5	110,0
Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	155	3,7	6,1	23,0	162,0
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	14,8	93,9
Печенье обогащенное	20	1,5	2,0	14,9	83,6
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>12,1</b>	<b>20,2</b>	<b>85,4</b>	<b>575,1</b>
<b>ОБЕД (156,50 руб.)</b>					
Огурец свежий	100	0,8	0,1	2,5	14,0
Суп из овощей с курой со сметаной	200/10/5	4,4	3,5	8,4	85,8
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	60/30	5,7	9,0	7,3	159,8
Макаронные изделия отварные	150	5,4	4,7	30,9	188,2
Сок виноградный	200	0,6	0,4	32,6	140,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за обед</b>	<b>950</b>	<b>25,3</b>	<b>22,1</b>	<b>119,7</b>	<b>818,6</b>
<b>Всего за день</b>		<b>37,4</b>	<b>42,3</b>	<b>205,1</b>	<b>1 393,7</b>
<b>Льготное питание для старших классов 3 день ОБЕД (306,80 руб.)</b>					
Огурец свежий	100	0,8	0,1	2,5	14,0
Суп из овощей с курой со сметаной	250/30/5	7,4	7,0	10,4	138,0
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/50	9,7	17,5	18,8	295,1
Макаронные изделия отварные	180	6,5	5,6	41,8	243,5
Сок виноградный	200	0,6	0,4	32,6	140,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,8	0,5	25,4	122,4
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
<b>Всего за день</b>	<b>1270</b>	<b>35,0</b>	<b>35,5</b>	<b>162,3</b>	<b>1 149,2</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

*А.В. Козлова*

Калькулятор \_\_\_\_\_

*Л.П. Мелехина*



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 140



*[Handwritten signature]*

*С. М. Россунова*

# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА" МЕНЮ

«23» января 2025 года

## Льготное питание для младших классов 4 день завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,6	4,9	7,7	93,9
Омлет натуральный	140	14,2	18,0	2,6	228,9
Горошек зеленый отварной	40	1,2	0,1	2,5	15,5
Чай с лимоном	200/4	0,2	0,0	8,0	33,0
Груша	100	0,4	0,3	10,3	47,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>544</b>	<b>22,9</b>	<b>24,2</b>	<b>46,5</b>	<b>496,9</b>

## ОБЕД (156,50 руб.)

Винегрет овощной с сельдью	40/20	2,9	5,7	3,0	79,8
Суп картофельный с горохом с гречками с говядиной	200/20/20	8,4	7,2	29,5	241,0
Котлеты рубленые из птицы	90	11,0	6,2	15,6	141,0
Овощи в молочном соусе	150	3,1	3,1	13,1	93,7
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Ватрушка с творогом	50	4,7	3,5	21,3	100,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
<b>Итого за обед</b>	<b>830</b>	<b>33,7</b>	<b>26,3</b>	<b>119,1</b>	<b>820,5</b>
<b>Всего за день</b>		<b>56,6</b>	<b>50,5</b>	<b>165,6</b>	<b>1 317,4</b>

## Льготное питание для старших классов 4 день ОБЕД (306,80 руб.)

Винегрет овощной с сельдью	60/30	5,7	6,7	3,8	98,6
Суп картофельный с горохом с гречками с говядиной	250/50/20	13,5	9,3	41,6	269,0
Котлеты рубленые из птицы	120	15,5	8,4	20,4	188,3
Овощи в молочном соусе	180	3,1	3,7	12,8	97,4
Сок яблочный	200	1,0	0,2	19,6	83,4
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,8	0,5	25,4	122,4
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Печенье обогащенное	40	3,0	4,0	29,8	167,2
Груша	150	0,6	0,5	15,5	70,5
<b>Всего за день</b>	<b>1190</b>	<b>48,3</b>	<b>34,0</b>	<b>179,1</b>	<b>1 151,9</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*  
А. В. Козлова

Калькулятор \_\_\_\_\_

*[Handwritten signature]*  
Л. Г. Мелехина



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 140

С.М. Рощинов

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю

«24» января 2025 года

Льготное питание для младших классов  
5 день завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с отварным куриным филе	45	7,4	2,0	12,9	99,9
Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом сливочным	155	6,4	9,3	24,9	210,0
Кофейный напиток с молоком	200	3,1	2,4	14,8	93,9
Мандарин	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>20,0</b>	<b>14,8</b>	<b>75,5</b>	<b>520,4</b>
<b>ОБЕД (156,50 руб.)</b>					
Огурец соленый	100	0,8	0,1	1,7	13,0
Суп крестьянский с крупой и говядиной	200/20	5,4	8,0	8,2	128,0
Биточки рыбные запеченные	90	8,4	4,6	7,1	151,0
Пюре картофельное с морковью	150	2,9	5,1	18,9	133,9
Компот из изюма	180	0,4	0,1	17,3	72,3
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	2,6	0,4	17,0	81,6
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
<b>Итого за обед</b>	<b>935</b>	<b>26,3</b>	<b>22,3</b>	<b>91,2</b>	<b>729,0</b>
<b>Всего за день</b>		<b>46,3</b>	<b>37,1</b>	<b>166,7</b>	<b>1 249,4</b>
<b>Льготное питание для старших классов 1 день обед (306,80 руб.)</b>					
Огурец соленый	100	0,8	0,1	1,7	13,0
Бутерброд с отварным куриным филе	45	7,4	2,0	12,9	99,9
Суп крестьянский с крупой и говядиной	250/15	5,9	9,3	10,1	151,1
Котлеты или биточки рыбные запеченные	2/70	10,4	7,1	11,1	235,1
Капуста тушеная	180	3,6	5,0	16,3	126,7
Компот из изюма	200	0,5	0,1	22,1	92,5
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	3,8	0,5	25,4	122,4
Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	70,6
Батон обогащенный	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Мандарин	150	1,2	0,3	11,3	57,0
<b>Всего за день</b>	<b>1295</b>	<b>39,0</b>	<b>28,3</b>	<b>128,1</b>	<b>1 046,9</b>

Куратор Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В. Козлова

Калькулятор

Л.П. Мелехина