

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

Е. М. Россынова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
МЕНЮ

6 день «18» ноября 2024 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,41	6,67	23,61	176,11
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Печенье обогащенное	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за завтрак</b>		<b>14,01</b>	<b>14,73</b>	<b>84,21</b>	<b>525,45</b>

Обед (156,50 руб.)

Салат из квашенной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Борщ сибирский со сметаной	200/5	6,80	5,76	8,64	113,60
Плов из филе птицы	250	13,79	12,70	45,50	351,46
Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	34,00	138,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>28,09</b>	<b>24,42</b>	<b>131,76</b>	<b>859,18</b>
<b>Итого за 6 день</b>		<b>42,10</b>	<b>39,15</b>	<b>215,97</b>	<b>1 384,63</b>

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (306,80 руб.)

Салат из квашенной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Борщ сибирский с говядиной и сметаной	250/15/10	12,25	11,22	10,80	193,18
Плов из филе птицы	300	16,55	15,25	54,60	421,85
Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	34,00	138,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Печенье обогащенное	40	3,00	4,00	29,80	167,20
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за обед 6 день</b>		<b>41,75</b>	<b>39,32</b>	<b>195,50</b>	<b>1 302,88</b>

Куратор

А. В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Л. П. Мелехина



Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

Е.М. Росыухина

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ

7 день «19» ноября 2024 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Пудинг из творога (запеченный) с соусом абрикосовым	170	20,40	15,42	29,17	337,06
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,90
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,50</b>	<b>21,11</b>	<b>84,50</b>	<b>625,99</b>

Обед (156,50 руб.)

Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,74
Суп из овощей со сметаной	200/5	2,40	3,36	8,16	72,48
Зразы рубленые из кур с омлетом	90	12,87	13,68	8,69	209,36
Рагу овощное	150	3,40	6,70	13,10	126,30
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>26,61</b>	<b>32,80</b>	<b>90,91</b>	<b>765,28</b>
<b>Итого за 7 день</b>		<b>51,11</b>	<b>53,91</b>	<b>175,41</b>	<b>1 391,27</b>

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (306,80 руб.)

Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	122,90
Суп из овощей с говядиной и сметаной	250/15/10	6,75	8,22	10,20	141,78
Зразы рубленые из кур с омлетом	100	14,30	15,20	9,66	232,64
Рагу овощное	200	4,52	8,93	17,47	168,33
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за обед 7 день</b>		<b>36,12</b>	<b>46,13</b>	<b>115,36</b>	<b>1 021,09</b>

Куратор

А.В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Л.П. Мелехина



Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

*Е.М. Россунова*

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
МЕНЮ

8 день «20» ноября 2024 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	3,77	6,09	20,90	153,49
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за завтрак</b>		<b>8,77</b>	<b>17,35</b>	<b>73,60</b>	<b>485,63</b>

Обед (156,50 руб.)

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,23	5,76	67,67
Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,48	4,48	6,40	75,84
Рыба тушеная в томате с овощами	90/50	15,26	6,72	5,74	144,48
Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	147,90
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
<b>Итого за обед</b>		<b>32,78</b>	<b>25,73</b>	<b>109,70</b>	<b>801,49</b>
<b>Итого за 8 день</b>		<b>41,55</b>	<b>43,08</b>	<b>183,30</b>	<b>1 287,12</b>

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (306,80 руб.)

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,06	9,60	112,90
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/15/10	6,85	9,62	8,00	145,98
Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	16,35	7,20	6,15	154,80
Картофель отварной	200	3,87	6,27	31,30	197,11
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за обед 8 день</b>		<b>42,16</b>	<b>36,70</b>	<b>142,45</b>	<b>1 068,74</b>

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

А.В. Козлова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.П. Мелехина



Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

Е.М. Росыкунова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
МЕНЮ

9 день «21» ноября 2024 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	150	14,45	23,85	2,73	283,37
Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	133,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,03	23,41
<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,38</b>	<b>32,14</b>	<b>52,96</b>	<b>598,62</b>

Обед (156,50 руб.)

Икра свекольная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с фасолью	200	5,12	3,60	14,88	112,40
Биточки с луком запеченные	90	14,13	20,25	11,88	286,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,60
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>32,23</b>	<b>36,31</b>	<b>125,96</b>	<b>959,55</b>
<b>Итого за 9 день</b>		<b>56,61</b>	<b>68,45</b>	<b>178,92</b>	<b>1 558,17</b>

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (306,80 руб.)

Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью и говядиной	250/15	10,15	8,52	18,60	191,68
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,13	50,25	275,37
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,03	23,41
<b>Итого за обед 9 день</b>		<b>43,53</b>	<b>48,93</b>	<b>160,88</b>	<b>1 258,01</b>

Куратор

А.В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Д.П. Мелехина





Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

Е.М. Россунов

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
МЕНЮ

10 день «22» ноября 2024 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (104,40 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша "Дружба" с маслом сливочным	150	4,65	7,50	20,10	166,50
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за завтрак</b>		<b>9,75</b>	<b>14,56</b>	<b>87,80</b>	<b>521,24</b>

Обед (156,50 руб.)

Салат витаминный (1-й вариант)	60	0,72	3,12	5,70	53,76
Суп картофельный с крупой	200	2,96	2,24	15,68	94,72
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью говяжьей)	250	20,20	19,80	44,60	437,40
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	130,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>30,58</b>	<b>28,06</b>	<b>136,68</b>	<b>921,58</b>

Итого за 10 день

40,33 42,62 224,48 1 442,82

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (306,80 руб.)

Салат витаминный (1-й вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с крупой и говядиной	250/15	7,45	6,82	19,60	169,58
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью говяжьей)	300	24,23	23,75	53,51	524,71
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	130,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за обед 10 день</b>		<b>41,43</b>	<b>39,52</b>	<b>172,91</b>	<b>1 213,04</b>

Куратор

А.В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Л.П. Мелехина