Утверждаю Директор ГБОУ СОШ № 140



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

7 день «25» сентября 2023 года

льготное пита	НИЕ УЧАЩИ	ХСЯ 1-4		Ы	
Наименование	ТРАК (96,90 г Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88.10
Каша пшенная 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
Итого за завтрак		14,01	14,73	84,21	525,45
gram so in so pastin constituit at wedness.	ЕД (145,30 р	уб.)			
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
Итого за обед	d	28,09	24,42	131,76	859,18
Итого за 7 день	*	42,10	39,15	215,97	1 384,63
ЛЬГОТНОЕ ПИТА ОЕ	НИЕ УЧАЩИ БЕД (284,70 р		1 КЛАСС	Ы	
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 обогащеньое	40	3,00	4,00	29,80	167,20
Груша свежая даньного да сельного да сельного за обен 7. день вая (100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого за обен 7 деневая		41,75	39,32	195,50	1 302,88

Директор

Зав.производством

Калькулятор

Л.П. Мелехина

Утверждаю Директор ГБОУ СОШ № <u>140</u>

ОШ № 140 Д. М. Ростунова АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА" МЕНЮ

8 день «26» сентября 2023 года

Наименование	ТРАК (96,90 р) Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
TOPE O HYPMOM	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
бутерброд с джемом Пудинг из творога (запеченный) с соусом	170	20,40	15,42	29,17	337,06
брикосовым Най 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
		24,50	21,11	84,50	625,99
Итого за завтрак О	БЕД (145,30 p)	/б.)			
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 рубленные из кур с омлетом	90	12,87	13,68	8,69	209,36
	150	3,40	6,70	13,10	126,30
Рагу овощное	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Сок фруктовый Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
микронутриентами Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед		26,61	32,80	90,91	765,28
Итого за 8 день		51,11	53,91	175,41	1 391,27
ЛЬГОТНОЕ ПИТА	АНИЕ УЧАЩИ БЕД (284,70 р	ХСЯ 5-1 уб.)	1 КЛАСС	Ы	
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 рубленные 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
	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Итого за обет 8 жень		36,12	46,13	115,36	1 021,0

роизводством

Утверждаю Директор ГБОУ СОШ № <u>14</u>

C.M. POCTYHOBOI

АО "К<mark>ОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"</mark> М Е Н Ю

9 день «<u>⊘</u>∮» сентября 2023 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИ ЗАВТР		ХСЯ 1-4	КЛАСС	ol	
Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая 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
Итого за завтрак		8,77	17,35	73,60	485,63
ОБЕД	Д (145,30 р	уб.)			
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,23	5,76	67,67
Щи из свежей капусты с картофелем, со 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
Итого за обед		32,78	25,73	109,70	801,49
Итого за 9 день			43,08	183,30	1 287,12
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИ ОБЕД	IE УЧАЩИХ Ц (284,70 р	(СЯ 5-1° уб.)	1 КЛАСС	Ы	
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 учаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Яблоко размента положения	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Яблоко свежения при		42,16	36,70	142,45	1 068,74

Директо

∅ав.производством

Калькулятор

ПП Мепеуина

Утверждаю Директор ГБОУ СОШ № <u>И</u>

ОШ№ 440 \$ С. М. Ростунова АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ 10 день «<u>28</u>» сентября 2023 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТА ЗАВ	НИЕ УЧАЩИ ЗТРАК (96,90 р	XCЯ 1-4 ovб.)	КЛАССІ	Ы	
Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая 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
Итого за завтрак		24,38	32,14	52,96	598,62
OE	ЕД (145,30 ру	<i>r</i> б.)			
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
Итого за обед		32,23	36,31	125,96	959,55
Итого за 10 день		56,61	68,45	178,92	1 558,17
ЛЬГОТНОЕ ПИТАН ОБ	НИЕ УЧАЩИХ ЕД (284,70 ру	СЯ 5-11 б.)			,
1кра 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
иточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
аша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,13	50,25	275,37
ок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
леб ржано-пшеничный обогащенный икронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
	60	4,35	1,65	27,90	143,85
атон обогащенный микронутриентами андарин свейного до того за соей 10 день	100	0,53	0,13	5,03	23,41
атон обогащенный микронутриентами мандарин вой 10 день в в в в в в в в в в в в в в в в в в в		43,53	48,93	160,88	1 258,01

_Калькулятор

Л.П. Мелехина