

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

С. М. Рогунова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ

2 день «24» февраля 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ
ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	26,68	13,60	36,60	375,52
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Фрукты свежие	100	0,53	0,13	5,06	23,53
Итого за завтрак:		30,61	19,29	91,66	662,69

ОБЕД

Салат овощной с яблоками, яйцом вареным	80	2,54	4,91	4,84	73,71
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	210	4,46	6,44	12,10	124,80
Рыба (филе трески) запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной)	240	17,08	16,93	23,86	307,20
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
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:	810	30,78	31,18	111,50	842,31
Всего за 2 день:		61,39	50,47	203,16	1 505,00

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ
ОБЕД

Салат овощной с яблоками, яйцом вареным	120	3,82	7,37	7,26	110,65
Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом	260	4,46	6,44	12,10	131,24
Рыба (филе трески) запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной)	300	21,35	21,17	29,82	395,21
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,00	131,00
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
Фрукты свежие	100	0,53	0,13	5,06	23,53
Итого обед 2 день:	1080	38,31	38,56	133,54	1 045,18

Куратор



А. В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Л. Г. Мелехина

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

140

Э.М. Родионов

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ

3 день «25» февраля 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ
ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,42	6,20	24,00	173,48
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого за завтрак:	500	10,42	17,36	77,20	506,72

ОБЕД

Винегрет овощной с сельдью с/с	60	3,18	5,82	3,00	78,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и птицей	210	5,24	3,60	19,00	114,80
Печень говяжья, тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	120	21,44	13,76	14,23	266,48
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,69	206,56
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	103,60
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:	820	39,76	30,58	138,62	975,04
Всего за 3 день:		50,18	47,94	215,82	1 481,76

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ

ОБЕД

Винегрет овощной с сельдью с/с	120	6,36	11,64	6,00	154,20
Суп с макаронными изделиями, картофелем и птицей	260	6,02	10,18	19,00	138,20
Печень говяжья, тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	140	25,01	16,05	16,61	310,99
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,32	5,52	45,23	247,88
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	103,60
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
Фрукты свежие	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого обед 3 день:	1100	49,86	47,04	171,14	1 253,92

Куратор

Зав. производством

Калькулятор

Л.П. Мелихина

А.В. Козлова

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

С. М. Рогачев

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ

4 день «26» февраля 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ
ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет с сыром	150	17,37	27,00	2,49	322,44
Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,10	15,20	62,90
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Фрукты свежие	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Итого за завтрак:	512	24,77	32,89	43,22	567,97

ОБЕД

Икра морковная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с горохом и гренками	220	7,32	3,80	30,68	186,80
Фрикадельки из птицы, соус молочный	90	8,40	6,24	9,36	136,15
Рис отварной	150	3,69	6,30	32,80	202,66
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:	800	28,79	24,20	134,34	879,87
Всего за 4 день:		53,56	57,09	177,56	1 447,84

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ

ОБЕД

Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с горохом, гренками и птицей	265	8,56	6,28	26,50	188,60
Фрикадельки из птицы, соус молочный	100	9,33	6,93	10,40	151,28
Рис отварной	180	4,43	7,56	39,36	243,20
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
Фрукты свежие	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Итого обед 4 день:	1045	35,27	32,55	158,19	1 056,62

Куратор

А. В. Коалова



Зав. производством

Калькулятор

Л. И. Мелехина

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 140

С. М. Родионов

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

МЕНЮ

5 день ~~27~~ февраля 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ
ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,93	7,26	18,28	158,18
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Вафли обогащенные	20	0,60	0,70	15,50	70,70
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за завтрак:	530	10,63	15,12	100,98	582,52

ОБЕД

Салат картофельный с солеными огурцами, маслом растительным	60	0,80	4,74	5,10	66,26
Суп крестьянский с крупой и птицей	210	4,76	5,38	9,92	106,80
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	90	6,12	3,69	5,76	80,10
Пюре картофельное	150	3,09	5,40	20,30	142,16
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
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 обед:	790	21,47	22,11	111,78	731,92
Всего за 5 день:		32,10	37,23	223,60	1 314,44

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ

ОБЕД

Салат картофельный с солеными огурцами, маслом растительным	100	1,33	7,90	8,50	110,42
Суп крестьянский с крупой и птицей	260	5,42	7,15	12,40	128,20
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	100	6,80	4,10	6,40	89,00
Пюре картофельное	180	3,72	6,48	24,36	170,64
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
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
Вафли обогащенные	40	1,20	1,40	31,00	141,40
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого обед 5 день:	1080	27,02	30,88	172,46	1 068,61

Куратор

А. В. Козлова

Зав. производством

Калькулятор

Г.И. Мелехина