

Утверждаю  
 Директор  
 ГБОУ СОШ №



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

«13» ОКТЯБРЯ 2025 года

Льготное питание для младших классов  
 1 день завтрак

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,5	4,5	7,4	88,1
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,4	6,7	23,6	176,2
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	133,3
Батон обогащенный	25	2,0	1,2	13,0	70,4
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Печенье обогащенное	20	1,5	2,0	14,9	83,6
<b>Итого за завтрак</b>	<b>525</b>	<b>16,7</b>	<b>17,2</b>	<b>93,5</b>	<b>596,0</b>

ОБЕД

Салат из квашеной капусты	60	0,9	3,1	4,6	49,6
Рассольник ленинградский со сметаной и птицей.	210	4,1	6,5	17,2	143,6
Щицель рубленый из говядины запеченный	90	13,5	14,4	11,7	230,7
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	190,4
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	40	2,9	1,1	18,6	95,9
<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>30,8</b>	<b>31,9</b>	<b>128,2</b>	<b>923,0</b>
<b>Всего за день</b>		<b>47,5</b>	<b>49,1</b>	<b>221,8</b>	<b>1 519,0</b>

Льготное питание для старших классов  
 1 день обед

Салат из квашеной капусты	100	1,5	5,1	7,7	82,7
Рассольник ленинградский со сметаной и птицей.	260	4,1	6,5	17,2	145,8
Щицель рубленый из говядины запеченный	100	15,0	16,0	13,0	256,4
Макаронные изделия отварные	200	7,3	6,4	41,7	253,8
Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103,1
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	60	4,4	1,7	27,9	143,9
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Печенье обогащенное	40	3,0	4,0	29,8	167,2
<b>Всего за день</b>	<b>1100</b>	<b>39,6</b>	<b>42,1</b>	<b>192,0</b>	<b>1 307,0</b>



Зав. производством

И. М. Полпеснова

Е.С.Россова



Утверждаю

Директор  
ГБОУ СОШ №



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

«14» ОКТЯБРЯ 2025 года

Льготное питание для младших классов  
2 день ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,2	4,3	22,0	131,5
Запеканка из творога со сгущенным молоком	170	26,7	13,6	36,6	375,5
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15,0	61,7
Мандарин	100	0,5	0,1	5,1	23,5
Батон обогащенный	25	2,0	1,2	13,0	70,4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>30,6</b>	<b>19,3</b>	<b>91,7</b>	<b>662,7</b>

**ОБЕД**

Салат овощной с яблоками, вареным яйцом	80	2,5	4,9	4,8	73,7
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	210	4,5	6,4	12,1	124,8
Рыба, запеченная в сметанном соусе(гарнир-картофель отварной)	240	17,1	16,9	23,9	307,2
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	40	2,9	1,1	18,6	95,9
<b>Итого за обед</b>	<b>810</b>	<b>30,8</b>	<b>31,2</b>	<b>111,5</b>	<b>842,3</b>
<b>Всего за день</b>		<b>61,4</b>	<b>50,5</b>	<b>203,2</b>	<b>1 505,0</b>

Льготное питание для старших классов  
2 день ОБЕД

Салат овощной с яблоками, вареным яйцом	120	3,8	7,4	7,3	110,7
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	260	4,5	6,4	12,1	131,2
Рыба, запеченная в сметанном соусе(гарнир-картофель отварной)	300	21,4	21,2	29,8	395,2
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,0	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	60	4,4	1,7	27,9	143,9
Мандарин	100	0,5	0,1	5,1	23,5
<b>Всего за день</b>	<b>1105</b>	<b>38,31</b>	<b>38,56</b>	<b>133,54</b>	<b>1 045,18</b>

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

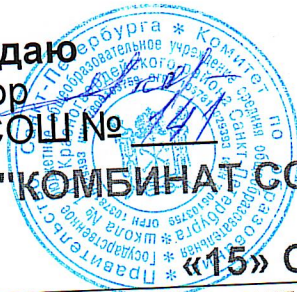
Калькулятор \_\_\_\_\_

Е.С.Россова





Утверждаю  
 Директор  
 ГБОУ СОШ №



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

«15» ОКТЯБРЯ 2025 года

Льготное питание для младших классов  
 3 день ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,1	8,4	7,5	110,0
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,4	6,2	24,0	173,5
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,3
Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	45,5
Батон обогащенный	25	2,0	1,2	13,0	70,4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>500</b>	<b>10,4</b>	<b>17,4</b>	<b>77,2</b>	<b>506,7</b>

ОБЕД

Винегрет овощной с сельдью с/с	60	3,2	5,8	3,0	78,0
Суп с макаронными изделиями, картофелем и птицей	200/10	5,2	3,6	19,0	114,8
Печень говяжья, тушеная в соусе	120	21,4	13,8	14,2	266,5
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206,6
Напиток лимонный	200	0,2	0,0	25,7	103,6
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	40	2,9	1,1	18,6	95,9
<b>Итого за обед</b>	<b>820</b>	<b>39,8</b>	<b>30,6</b>	<b>138,6</b>	<b>975,0</b>
<b>Всего за день</b>		<b>50,2</b>	<b>47,9</b>	<b>215,8</b>	<b>1 481,8</b>

Льготное питание для старших классов  
 3 день ОБЕД

Винегрет овощной с сельдью с/с	120	6,4	11,6	6,0	154,2
Суп с макаронными изделиями, картофелем и мясом	260	6,0	10,2	19,0	138,2
Печень говяжья, тушеная в соусе сметанном с томатом и луком	140	25,0	16,1	16,6	311,0
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,3	5,5	45,2	247,9
Напиток лимонный	200	0,2	0,0	25,7	103,6
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	60	4,4	1,7	27,9	143,9
Груша свежая	100	0,4	0,3	10,3	45,5
<b>Всего за день</b>	<b>1100</b>	<b>49,9</b>	<b>47,0</b>	<b>171,1</b>	<b>1 253,9</b>

Куратор  
 Н.М.Подлеснова

Зав. производством

Калькулятор  
 Е.С.Россова





Утверждаю  
 Директор  
 ГБОУ СОШ №

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ**  
 «16» октября 2025 года

**Льготное питание для младших классов**  
**4 день завтрак**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,5	4,5	7,4	88,1
Омлет с сыром	150	17,4	27,0	2,5	322,4
Чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,1	15,2	62,9
Апельсин свежий	100	0,6	0,1	5,1	24,1
Батон обогащенный	25	2,0	1,2	13,0	70,4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>512</b>	<b>24,8</b>	<b>32,9</b>	<b>43,2</b>	<b>568,0</b>

**ОБЕД**

Икра морковная	60	2,3	4,9	4,5	70,9
Суп картофельный с горохом, с гренками.	200/20	7,3	3,8	30,7	186,8
Фрикадельки из птицы, соус молочный	90	8,4	6,2	9,4	136,2
Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	202,7
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	18,0	77,8
Батон обогащенный	40	2,9	1,1	18,6	95,9
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
<b>Итого за обед</b>	<b>800</b>	<b>28,8</b>	<b>24,2</b>	<b>134,3</b>	<b>879,9</b>
<b>Всего за день</b>		<b>53,6</b>	<b>57,1</b>	<b>177,6</b>	<b>1 447,8</b>

**Льготное питание для старших классов**  
**4 день обед**

Икра морковная	100	3,8	8,1	7,5	118,1
Суп картофельный с горохом, с гренками, с птицей	265	8,6	6,3	26,5	188,6
Фрикадельки из птицы, соус молочный	100	9,3	6,9	10,4	151,3
Рис отварной	180	4,4	7,6	39,4	243,2
Сок фруктовый	200	1,0	0,2	18,0	77,8
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	60	4,4	1,7	27,9	143,9
Апельсин свежий	100	0,6	0,1	5,1	24,1
<b>Всего за день</b>	<b>1045</b>	<b>35,3</b>	<b>32,6</b>	<b>155,2</b>	<b>1 056,6</b>

Куратор \_\_\_\_\_  
 Н.М. Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Е.С. Россова





Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю  
«17» октября 2025 года

Льготное питание для младших классов  
5 день завтрак

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,2	4,3	22,0	131,5
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,9	7,3	18,3	158,2
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107,3
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Вафли обогащенные	20	0,6	0,7	15,5	70,7
Батон обогащенный	25	2,0	1,2	13,0	70,4
<b>Итого за завтрак</b>	<b>530</b>	<b>10,6</b>	<b>15,1</b>	<b>101,0</b>	<b>582,5</b>

ОБЕД

Салат картофельный с солеными огурцами, растительным маслом	60	0,8	4,7	5,1	66,3
Суп крестьянский с крупой и птицей	200/10	4,8	5,4	9,9	106,8
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	90	6,1	3,7	5,8	80,1
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	142,2
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Батон обогащенный	40	2,9	1,1	18,6	95,9
<b>Итого за обед</b>	<b>790</b>	<b>21,5</b>	<b>22,1</b>	<b>111,8</b>	<b>731,9</b>
<b>Всего за день</b>		<b>32,1</b>	<b>37,2</b>	<b>212,8</b>	<b>1 314,4</b>

Льготное питание для старших классов  
5 день обед

Салат картофельный с солеными огурцами, растительным маслом	100	1,3	7,9	8,5	110,4
Суп крестьянский с крупой и птицей	250/10	5,4	7,2	12,4	128,2
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	100	6,8	4,1	6,4	89,0
Пюре картофельное	180	3,7	6,5	24,4	170,6
Компот из сухофруктов	200	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,2	1,7	20,4	109,7
Вафли обогащенные	40	1,2	1,4	31,0	141,4
Батон обогащенный	60	4,4	1,7	27,9	143,9
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
<b>Всего за день</b>	<b>1080</b>	<b>27,0</b>	<b>30,9</b>	<b>172,5</b>	<b>1 068,6</b>

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Е.С.Россова

