

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю  
«29» СЕНТЯБРЯ 2025 года

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

| Наименование                                | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|---------------------------------------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------------|
| Бутерброд с сыром                           | 30                         | 4,5         | 4,5         | 7,4         | 88,1                            |
| Каша пшенная молочная с маслом<br>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 (156,50 руб.)

|                                                   |            |             |             |              |                |
|---------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Салат из квашеной капусты                         | 60         | 0,9         | 3,1         | 4,6          | 49,6           |
| Рассольник ленинградский со<br>сметаной и птицей. | 210        | 4,1         | 6,5         | 17,2         | 143,6          |
| Щицель рубленый                                   | 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<br>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 (306,80 руб.)

|                                                   |             |             |             |              |                |
|---------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Салат из квашеной капусты                         | 100         | 1,5         | 5,1         | 7,7          | 82,7           |
| Рассольник ленинградский со<br>сметаной и птицей. | 260         | 4,1         | 6,5         | 17,2         | 145,8          |
| Щицель рубленый                                   | 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<br>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> |

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №



# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА" МЕНЮ

«30» сентября 2025 года

## Льготное питание для младших классов

2 день Завтрак (104,40 руб.)

| Наименование                              | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Энерге-<br>тическая<br>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 (156,50 руб.)

|                                                               |            |             |             |              |                |
|---------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Салат овощной с яблоками, вареным яйцом                       | 80         | 2,5         | 4,9         | 4,8          | 73,7           |
| Борщ с капустой и картофелем, с мясом, 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 (306,80 руб.)

|                                                               |             |              |              |               |                 |
|---------------------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| Салат овощной с яблоками, вареным яйцом                       | 120         | 3,8          | 7,4          | 7,3           | 110,7           |
| Борщ с капустой и картофелем, с мясом, 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

«1» ОКТЯБРЯ 2025 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

3 ДЕНЬ ЗАВТРАК (104,40 руб.)

| Наименование                                  | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-----------------------------------------------|----------------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
| Бутерброд с маслом                            | 25                         | 1,1   | 8,4  | 7,5      | 110,0                           |
| Каша пшеничная молочная с маслом<br>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                            |
| Итого за завтрак                              | 500                        | 10,4  | 17,4 | 77,2     | 506,7                           |

ОБЕД (156,50 руб.)

|                                                     |        |      |      |       |         |
|-----------------------------------------------------|--------|------|------|-------|---------|
| Винегрет овощной с сельдью с/с                      | 60     | 3,2  | 5,8  | 3,0   | 78,0    |
| Суп с макаронными изделиями,<br>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<br>обогащенный                 | 40     | 3,2  | 1,7  | 20,4  | 109,7   |
| Батон обогащенный                                   | 40     | 2,9  | 1,1  | 18,6  | 95,9    |
| Итого за обед                                       | 820    | 39,8 | 30,6 | 138,6 | 975,0   |
| Всего за день                                       |        | 50,2 | 47,9 | 215,8 | 1 481,8 |

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

3 ДЕНЬ ОБЕД (306,80 руб.)

|                                                                |      |      |      |       |         |
|----------------------------------------------------------------|------|------|------|-------|---------|
| Винегрет овощной с сельдью с/с                                 | 120  | 6,4  | 11,6 | 6,0   | 154,2   |
| Суп с макаронными изделиями,<br>картофелем и мясом             | 260  | 6,0  | 10,2 | 19,0  | 138,2   |
| Печень говяжья, тушеная в соусе<br>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<br>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    |
| Всего за день                                                  | 1100 | 49,9 | 47,0 | 171,1 | 1 253,9 |

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Е.С.Россова

кдаю  
ГОР  
СОШ №  
АО "КОМБИНАТ

«2» октября 2025 года

**4 ДЕНЬ ЗАВТРАК (104,40 руб.)**

|      |               |  |
|------|---------------|--|
| ОБЕД | (156,50 руб.) |  |
|------|---------------|--|

## Льготное питание для старших классов

4 ДЕНЬ ОБЕД (306,80 руб.)

Куратор Зав. производством

## Калькулятор

Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

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

«3» октября 2025 года

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

| Наименование                                     | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|--------------------------------------------------|----------------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
| Бутерброд с джемом                               | 35                         | 1,2   | 4,3  | 22,0     | 131,5                           |
| Каша геркулесовая молочная с<br>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                            |
| Итого за завтрак                                 | 530                        | 10,6  | 15,1 | 101,0    | 582,5                           |

ОБЕД (156,50 руб.)

|                                                                |        |      |      |       |         |
|----------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|---------|
| Салат картофельный с солеными<br>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<br>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<br>обогащенный                            | 40     | 3,2  | 1,7  | 20,4  | 109,7   |
| Батон обогащенный                                              | 40     | 2,9  | 1,1  | 18,6  | 95,9    |
| Итого за обед                                                  | 790    | 21,5 | 22,1 | 111,8 | 731,9   |
| Всего за день                                                  |        | 32,1 | 37,2 | 212,8 | 1 314,4 |

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

|                                                                |        |      |      |       |         |
|----------------------------------------------------------------|--------|------|------|-------|---------|
| Салат картофельный с солеными<br>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<br>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<br>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    |
| Всего за день                                                  | 1080   | 27,0 | 30,9 | 172,5 | 1 068,6 |

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

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

«6» октября 2025 года

Льготное питание для младших классов  
6 ДЕНЬ ЗАВТРАК (104,40 руб.)

| Наименование                                | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|---------------------------------------------|----------------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
| Бутерброд с сыром                           | 30                         | 4,5   | 4,5  | 7,4      | 88,1                            |
| Каша пшенная молочная с маслом<br>сливочным | 150                        | 5,4   | 6,7  | 23,6     | 176,1                           |
| Чай с сахаром                               | 200                        | 0,2   | 0,1  | 15,0     | 61,7                            |
| Груша                                       | 100                        | 0,4   | 0,3  | 10,3     | 45,5                            |
| Печенье обогащенное                         | 20                         | 1,5   | 2,0  | 14,9     | 83,6                            |
| Батон обогащенный                           | 25                         | 2,0   | 1,2  | 13,0     | 70,4                            |
| Итого за завтрак                            | 525                        | 14,0  | 14,7 | 84,2     | 525,5                           |
| ОБЕД (156,50 руб.)                          |                            |       |      |          |                                 |
| Салат из квашенной капусты                  | 60                         | 0,9   | 3,1  | 4,6      | 49,6                            |
| Рассольник домашний с птицей и сметаной     | 210                        | 3,9   | 5,3  | 11,8     | 110,6                           |
| Плов из филе птицы                          | 240                        | 13,2  | 12,2 | 43,7     | 330,9                           |
| 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                            |
| Итого за обед                               | 790                        | 24,7  | 23,5 | 130,8    | 827,7                           |
| Всего за день                               |                            | 38,7  | 38,2 | 215,0    | 1 353,2                         |

Льготное питание для старших классов  
6 ДЕНЬ ОБЕД (306,80 руб.)

|                                         |      |      |      |       |         |
|-----------------------------------------|------|------|------|-------|---------|
| Салат из квашенной капусты              | 100  | 1,5  | 5,1  | 7,7   | 82,7    |
| Рассольник домашний с птицей и сметаной | 260  | 4,7  | 6,5  | 14,7  | 135,6   |
| Плов из филе птицы                      | 280  | 15,5 | 14,2 | 51,0  | 393,9   |
| Компот из сухофруктов                   | 200  | 0,6  | 0,1  | 31,7  | 131,0   |
| Печенье обогащенное                     | 40   | 3,0  | 4,0  | 29,8  | 167,2   |
| Батон обогащенный                       | 60   | 4,4  | 1,7  | 27,9  | 143,9   |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный        | 40   | 3,2  | 1,7  | 20,4  | 109,7   |
| Груша                                   | 100  | 0,4  | 0,3  | 10,3  | 45,5    |
| Всего за день                           | 1080 | 33,2 | 33,6 | 193,5 | 1 209,4 |

Куратор \_\_\_\_\_  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_  
Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №



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

**«7» октября 2025 года**

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

| Наименование                                         | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки       | Жиры        | Углеводы    | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------------------------------------------|----------------------------|-------------|-------------|-------------|---------------------------------|
| Бутерброд с джемом                                   | 35                         | 1,2         | 4,3         | 22,0        | 131,5                           |
| Пудинг из творога(запеченый) со сгущенным<br>молоком | 160                        | 19,2        | 14,5        | 27,5        | 317,2                           |
| 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>537</b>                 | <b>23,3</b> | <b>20,2</b> | <b>82,8</b> | <b>606,1</b>                    |

**ОБЕД (156,50 руб.)**

|                                   |            |             |             |              |                |
|-----------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Винегрет овощной                  | 60         | 0,8         | 6,1         | 4,0          | 73,7           |
| Суп из овощей со сметаной и мясом | 210        | 2,3         | 3,3         | 8,0          | 70,8           |
| Зразы рубленые из кур с омлетом   | 90         | 12,9        | 13,7        | 8,7          | 209,4          |
| Рагу овощное                      | 150        | 3,4         | 6,7         | 13,1         | 126,3          |
| 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                 | 40         | 2,9         | 1,1         | 18,6         | 95,9           |
| <b>Итого за обед</b>              | <b>790</b> | <b>26,6</b> | <b>32,7</b> | <b>90,7</b>  | <b>763,6</b>   |
| <b>Всего за день</b>              |            | <b>49,9</b> | <b>52,9</b> | <b>173,5</b> | <b>1 369,7</b> |

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

|                                   |             |             |             |              |              |
|-----------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|--------------|
| Винегрет овощной                  | 100         | 1,4         | 10,1        | 6,6          | 122,9        |
| Суп из овощей со сметаной и мясом | 260         | 4,3         | 5,0         | 10,2         | 108,8        |
| Зразы рубленые из кур с омлетом   | 100         | 14,3        | 15,2        | 9,7          | 232,6        |
| Рагу овощное                      | 180         | 4,1         | 8,0         | 15,7         | 151,5        |
| 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>1040</b> | <b>33,2</b> | <b>42,1</b> | <b>113,6</b> | <b>971,3</b> |

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

Н.М.Годлеснова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

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

«8» октября 2025 года

Льготное питание для младших классов

8 ДЕНЬ ЗАВТРАК (104,40 руб.)

| Наименование                 | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|------------------------------|----------------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
| Бутерброд с маслом           | 25                         | 1,1   | 8,4  | 7,5      | 110,0                           |
| Каша рисовая жидкая с маслом | 150                        | 3,8   | 6,1  | 20,9     | 153,5                           |
| Кофейный напиток             | 200                        | 1,5   | 1,3  | 22,4     | 107,3                           |
| Яблоко                       | 100                        | 0,4   | 0,4  | 9,8      | 44,4                            |
| Батон обогащенный            | 25                         | 2,0   | 1,2  | 13,0     | 70,4                            |
| Итого за завтрак             | 500                        | 8,8   | 17,4 | 73,6     | 485,6                           |

ОБЕД (156,50 руб.)

|                                                        |     |      |      |       |         |
|--------------------------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|
| Салат картофельный с морковью и зеленым горошком       | 60  | 1,6  | 4,2  | 5,8   | 67,7    |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей | 210 | 3,5  | 5,2  | 4,2   | 77,8    |
| Рыба тушеная в томате с овощами                        | 90  | 9,8  | 4,3  | 3,7   | 92,7    |
| Картофель отварной                                     | 150 | 2,9  | 4,7  | 23,5  | 147,9   |
| 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    |
| Итого за обед                                          | 790 | 24,6 | 21,3 | 107,8 | 722,7   |
| Всего за день                                          |     | 33,4 | 38,7 | 181,4 | 1 208,3 |

Льготное питание для старших классов

8 ДЕНЬ ОБЕД (306,80 руб.)

|                                                        |      |      |      |       |       |
|--------------------------------------------------------|------|------|------|-------|-------|
| Салат картофельный с морковью и зеленым горошком       | 100  | 2,7  | 7,1  | 9,6   | 112,9 |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей | 260  | 3,1  | 5,6  | 8,0   | 94,8  |
| Рыба тушеная в томате с овощами                        | 100  | 10,9 | 4,8  | 4,1   | 103,0 |
| Картофель отварной                                     | 180  | 3,5  | 5,6  | 28,2  | 177,5 |
| 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                                      | 60   | 4,4  | 1,7  | 27,9  | 143,9 |
| Яблоко                                                 | 100  | 0,4  | 0,4  | 9,8   | 44,4  |
| Всего за день                                          | 1040 | 28,8 | 27,0 | 139,7 | 917,1 |

Куратор  
Н.М.Подлеснова

Зав. производством

Калькулятор  
Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №



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

«9» октября 2025 года

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

| Наименование      | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки | Жиры | Углеводы | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-------------------|----------------------------|-------|------|----------|---------------------------------|
| Бутерброд с сыром | 30                         | 4,5   | 4,5  | 7,4      | 88,1                            |
| Омлет натуральный | 150                        | 14,5  | 23,9 | 2,7      | 283,4                           |
| Какао с молоком   | 200                        | 2,9   | 2,5  | 24,8     | 133,3                           |
| Мандарин свежий   | 100                        | 0,5   | 0,1  | 5,0      | 23,4                            |
| Батон обогащенный | 25                         | 2,0   | 1,2  | 13,0     | 70,4                            |
| Итого за завтрак  | 505                        | 24,4  | 32,1 | 53,0     | 598,6                           |

ОБЕД (156,50 руб.)

|                                    |     |      |      |       |         |
|------------------------------------|-----|------|------|-------|---------|
| Икра свекольная                    | 60  | 2,3  | 4,9  | 4,5   | 70,9    |
| Суп картофельный с фасолью и мясом | 205 | 6,4  | 4,4  | 14,9  | 125,6   |
| Биточки с луком запеченные         | 90  | 14,1 | 20,3 | 11,9  | 286,3   |
| Каша гречневая рассыпчатая         | 150 | 3,6  | 4,6  | 37,7  | 206,6   |
| 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                  | 40  | 2,9  | 1,1  | 18,6  | 95,9    |
| Итого за обед                      | 785 | 33,5 | 37,2 | 126,0 | 972,8   |
| Всего за день                      |     | 57,9 | 69,3 | 178,9 | 1 571,4 |

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

|                                    |      |      |      |       |         |
|------------------------------------|------|------|------|-------|---------|
| Икра свекольная                    | 100  | 3,8  | 8,1  | 7,5   | 118,1   |
| Суп картофельный с фасолью и мясом | 265  | 6,4  | 4,5  | 18,6  | 140,5   |
| Биточки с луком запеченные         | 100  | 15,7 | 22,5 | 13,2  | 318,1   |
| Каша гречневая рассыпчатая         | 180  | 4,3  | 5,5  | 45,2  | 247,9   |
| 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   |
| Мандарин свежий                    | 100  | 0,5  | 0,1  | 5,0   | 23,4    |
| Всего за день                      | 1040 | 39,3 | 44,3 | 155,9 | 1 179,3 |

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

Н.М. Подлеснова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Е.С.Россова

Утверждаю  
Директор  
БОУ СОШ №



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

«10» октября 2025 года

## Льготное питание для младших классов 10 день Завтрак (104,40 руб.)

| Наименование                                                          | Выход<br>продукта в<br>гр. | Белки      | Жиры        | Углеводы    | Энерге-<br>тическая<br>ценность |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------------|------------|-------------|-------------|---------------------------------|
| Бутерброд с джемом                                                    | 35                         | 1,2        | 4,3         | 22,0        | 131,5                           |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая<br>("ДРУЖБА") с маслом сливочным | 150                        | 4,6        | 7,5         | 20,1        | 166,5                           |
| Чай с сахаром и лимоном                                               | 207                        | 0,3        | 0,1         | 15,2        | 62,9                            |
| 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>517</b>                 | <b>8,5</b> | <b>13,4</b> | <b>80,6</b> | <b>476,8</b>                    |

## ОБЕД (156,50 руб.)

|                                                             |            |             |             |              |                |
|-------------------------------------------------------------|------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Салат витаминный (1 вариант)                                | 60         | 0,7         | 3,1         | 5,7          | 53,8           |
| Суп картофельный с рыбой                                    | 220        | 6,5         | 2,4         | 15,4         | 109,2          |
| Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью<br>говяжьей) | 240        | 19,4        | 19,0        | 42,8         | 420,5          |
| Компот из смеси 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>800</b> | <b>33,4</b> | <b>27,4</b> | <b>134,6</b> | <b>920,0</b>   |
| <b>Всего за день</b>                                        |            | <b>41,9</b> | <b>40,8</b> | <b>215,2</b> | <b>1 396,9</b> |

## Льготное питание для старших классов 10 день ОБЕД (306,80 руб.)

|                                                             |             |             |             |              |                |
|-------------------------------------------------------------|-------------|-------------|-------------|--------------|----------------|
| Салат витаминный (1 вариант)                                | 100         | 1,2         | 5,2         | 9,5          | 89,6           |
| Суп картофельный с рыбой                                    | 275         | 8,2         | 3,0         | 19,2         | 136,3          |
| Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью<br>говяжьей) | 280         | 22,6        | 22,2        | 50,0         | 489,8          |
| Компот из смеси сухофруктов                                 | 200         | 0,6         | 0,1         | 31,7         | 131,0          |
| Батон обогащенный                                           | 60          | 4,4         | 1,7         | 27,9         | 143,9          |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                            | 40          | 3,2         | 1,7         | 20,4         | 109,7          |
| Груша свежая                                                | 100         | 0,4         | 0,3         | 10,3         | 45,5           |
| <b>Всего за день</b>                                        | <b>1055</b> | <b>40,5</b> | <b>34,1</b> | <b>169,0</b> | <b>1 145,8</b> |

Куратор

Н.М.Подлеснова

Зав. производством

Калькулятор

Е.С.Россова

Документ подписан электронной подписью

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 141  
КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, Цветкова Юлия  
Викторовна, Директор

25.09.25 15:25 (MSK)

Оператор ЭДО ООО "Компания "Тензор"

Сертификат 6EDBF994B2C3987F63BF319E9101544B