

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 425 *И.В. Зарезкина*

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

«19» октября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
6 ДЕНЬ ЗАВТРАК

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

ОБЕД

Салат из квашенной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Рассольник домашний с птицей и сметаной	210	3,94	5,32	11,76	110,60
Плов из филе птицы	240	13,24	12,19	43,68	330,88
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	790,00	24,68	23,47	130,76	827,70
Всего за день		38,69	38,20	214,97	1 353,15

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
7 ДЕНЬ ОБЕД

Салат из квашенной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Рассольник домашний с птицей и сметаной	260	4,66	6,48	14,70	135,60
Плов из филе птицы	280,00	15,45	14,23	51,00	393,87
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Печенье обогащенное	40,00	3,00	4,00	29,80	167,20
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	1080,00	33,16	33,56	193,50	1209,42

Зав.производством

Е.С.Россова

Калькулятор



Е.С.Россова

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 *у и.р. Зарина*

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

«20» октября 2026 года

Льготное питание для младших классов
7 день завтрак

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Пудинг из творога(запеченый) со сгущенным молоком	160,00	19,20	14,51	27,45	317,19
Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	537,00	23,30	20,20	82,78	606,12

ОБЕД

Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,74
Суп из овощей со сметаной и мясом	210	2,34	3,28	7,97	70,79
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	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	790,00	26,55	32,72	90,72	763,59
Всего за день		49,85	52,92	173,50	1 369,71

Льготное питание для старших классов
8 день обед

Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	122,90
Суп из овощей со сметаной и мясом	260	4,26	5,04	10,20	108,84
Зразы рубленые из кур с омлетом	100,00	14,30	15,20	9,66	232,64
Рагу овощное	180,00	4,07	8,04	15,72	151,52
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Всего за день	1040,00	33,18	42,06	113,61	971,34

Зав.производством

А

Калькулятор

Е.С.Россова



Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 405 *И.В. Зирякина*

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

«21» октября 2026 года

Льготное питание для младших классов

8 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша рисовая жидкая с маслом	150,00	3,77	6,09	20,90	153,49
Кофейный напиток	200,00	1,50	1,30	22,40	107,30
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	500,00	8,77	17,35	73,60	485,63

ОБЕД

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,23	5,76	67,67
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	210	3,54	5,16	4,16	77,80
Рыба тушеная в томате с овощами	90	9,81	4,32	3,69	92,70
Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	147,90
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	790,00	24,59	21,31	107,81	722,67
Всего за день		33,36	38,66	181,41	1 208,30

Льготное питание для старших классов
9 ДЕНЬ ОБЕД

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,06	9,60	112,90
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	260	3,10	5,60	8,00	94,80
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,90	4,80	4,10	103,00
Картофель отварной	180,00	3,48	5,64	28,20	177,48
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Всего за день	1040,00	28,77	26,95	139,70	917,13

Зав.производством

Калькулятор

Е.С.Россова

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 405 *И.В. Заряжанин*

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

«22» октября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
9 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	150,00	14,45	23,85	2,73	283,37
Какао с молоком	200,00	2,90	2,50	24,80	133,30
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	505,00	24,38	32,14	52,96	598,62

ОБЕД

Икра свекольная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с фасолью и мясом	205	6,38	4,44	14,88	125,60
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	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	785,00	33,49	37,15	125,96	972,75
Всего за день		57,87	69,29	178,92	1 571,37

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
10 ДЕНЬ ОБЕД

Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью и мясом	265	6,40	4,50	18,60	140,50
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	180,00	4,32	5,52	45,23	247,88
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Всего за день	1040,00	39,30	44,30	155,86	1179,34

Зав.производством _____

Калькулятор _____

Е.С.Россова

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 405 ч. М.В. Заручина

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

«23» октября 2026 года

Льготное питание для младших классов
10 день завтрак

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("ДРУЖБА") с маслом сливочным	150,00	4,60	7,50	20,10	166,50
Чай с сахаром и лимоном	207,00	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	517,00	8,50	13,36	80,60	476,84
ОБЕД					
Салат витаминный (1 вариант)	60	0,72	3,12	5,70	53,76
Суп картофельный с рыбой	220	6,54	2,40	15,36	109,20
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	240	19,39	19,00	42,82	420,48
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	800,00	33,35	27,42	134,58	920,04
Всего за день		41,85	40,78	215,18	1 396,88

Льготное питание для старших классов
11 день обед

Салат витаминный (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с рыбой	275	8,17	3,00	19,20	136,29
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	280	22,62	22,17	49,95	489,81
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	1055,00	40,54	34,12	168,95	1145,75

Зав.производством _____ Калькулятор _____

Е.С.Россова