УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель общеобразовательного учреждения _____ /Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г.Санкт-Петербурга

4-Сентября-2023 г.

М Е Н Ю

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	6	5	9	152
182/15	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.7	9.1	24.9	201.5
432/08	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47
	Цена 96-90	515	15.50	16.50	82.50	585.50

Рецептура	Обед (младшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1	3.1	4.6	50
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5	2.4	2.36	8.12	72.8
258/15	МЯСО ДУХОВОЕ	240	17.3	20.8	32.26	414.4
442/08	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.4	0.2	26.4	114
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.7	0.32	17.0	90
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
	Цена 145-30	770	26.70	27.48	104.78	819.20
	Итого за день ...	1285	42.20	43.98	187.28	1404.70

Рецептура	Обед (старшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.6	5.1	7.7	83
95/2008	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/5	5.3	4.2	11.2	112
258/15	МЯСО ДУХОВОЕ	300	25.63	29.3	55.2	518
442/08	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.4	0.2	26.4	114
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.05	0.48	25.5	135
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
ТТК№30	БУЛОЧКА С СЫРОМ	75	7.1	8	53.3	316
К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47
	Цена 284-70	1115	47.38	48.38	205.50	1403.00

Директор
Клименкова А.А./

Зав.производством
/Левендорская Н.Н./

Калькулятор
/Ковалева Н.Г./

УТВЕРЖДАЮ:
Руководитель общеобразовательного учреждения _____ /Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г.Санкт-Петербурга

5-Сентября-2023 г.

М Е Н Ю

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ТТК№176	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.2	2.3	11.2	132
210/15	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	13.9	17.4	2.8	289
430/08	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	60
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
	Цена 96-90	415	17.20	20.50	45.40	559.00

Рецептура	Обед (младшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ТТК№237	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	60	0.5	2.4	4.37	40.7
92/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/20	6.2	3.0	16	119
297/15	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР	90	9.7	15.2	6.6	201
331/08	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	191
436/08	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0.2	0	25.7	105
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.7	0.32	17.0	90
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
	Цена 145-30	785	26.70	26.42	117.37	824.70
	Итого за день ...	1200	43.90	46.92	162.77	1383.70

Рецептура	Обед (старшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ТТК№238	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ	130	1.1	5.2	9.4	88.2
92/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/20	7.2	5.6	18	122
314/08	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ КУР,	100/50	14.6	22.9	8.6	264
366/08	СОУС МОЛОЧНЫЙ					
331/08	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7.34	6.4	41.74	254.67
402/08	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.05	0.48	25.5	135
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
171/08	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	100	8.2	6.0	54.4	304.0
К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.9	0.2	8.1	43
	Цена 284-70	1235	45.89	47.58	213.84	1419.87

иректор
лименкова А.А./

Зав.производством
/Левендорская Н.Н./

Калькулятор
/Ковалева Н.Г./