

СОГЛАСОВАНО:

Директор общеобразовательного учреждения \_\_\_\_\_ /Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" "КИРОВСКИЙ"

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

6-Мая 2024 г.

М Е Н Ю

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	7.1	6.5	10.3	164	
189/08	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.1	7.5	18.9	163	
433/08	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	134	
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 99-90		520	17.40	17.60	80.20	586.00	

Рецептура	Обед (младшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
20/2008	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	1.62	3.06	1.56	40.2	
76/2008	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5	1.6	4.6	9.9	92.5	
ТТК№249	ПЛОВ ИЗ КУРЫ	240	18.4	18.2	36.9	408	
402/08	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.7	0.32	17.0	90	
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1.52	0.56	13.12	62.4	
Цена 149-80		765	26.44	26.84	110.18	824.10	
Итого за день ...		1285	43.84	44.44	190.38	1410.10	

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
20/2008	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	2.7	5.1	2.6	67	
76/2008	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/5	3.2	5.6	12.1	112	
ТТК№250	ПЛОВ ИЗ КУРЫ	300	22.9	22.7	46.1	510.0	
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	
ТТК№126	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	9.6	12.4	55.8	360	
К/К	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	0.4	9.8	47	
Цена 294-00		1140	45.35	47.48	200.00	1440.00	

Директор : \_\_\_\_\_ Зав. производством:

Щербакова Ю.Р. \_\_\_\_\_ Прокофьева О.В.

Калькулятор:

Евдокимова Н.Ю. \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ:

Руководитель общеобразовательного учреждения \_\_\_\_\_ /Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

7-Мая-2024 г.

М Е Н Ю

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
213/08	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5.1	4.6	0.3	63	
189/08	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.6	7.4	22.8	179	
432/08	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107	
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1.35	0.16	8.6	45.0	
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78	
К/К	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3.5	2.5	17.20	113	

Цена 99-90

565

18.95 16.66

87.70

585.00

Рецептура	обед (старшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.0	3.1	4.6	50	
99/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С ГРЕНКАМИ	200/10	5.4	4.6	17.5	156	
73/2008	ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ						
245/08	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ,	90/50	11.5	11.9	14.5	236	
364/08	СОУС ТОМАТНЫЙ						
335/08	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	141	
394/08	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.2	0.1	28.1	115	
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1.35	0.16	8.6	45.0	
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78.0	

Цена 149-80

805

24.45 25.96

110.00

821.00

Итого за день ...

1370

43.40 42.62

197.70

1406.00

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
40/2008	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.6	5.1	7.7	83	
99/2008	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ С МЯСОМ,	250/10/15	10.25	7.5	36.4	242	
73/2008	С ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ						
240/08	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ,	100/50	14.8	15.7	36.5	315	
364/08	СОУС ТОМАТНЫЙ						
335/08	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4.1	7.2	27.1	188	
394/08	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	200	0.2	0.1	28.1	115	
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	
464/08	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	5.4	7.65	34.5	211.5	
К/К	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2.5% ЖИРНОСТИ	125	3.50	2.5	17.2	113	

Цена 294-00

1210

45.80 46.93

229.40

1480.50

Директор :

Зав. производством:

Калькулятор:

Щербакова Ю.Р.

Прокофьева О.В.

Евдокимова Н.Ю.

УТВЕРЖДАЮ:  
 Руководитель общеобразовательного учреждения \_\_\_\_\_ /Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ"  
 ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

8-Мая-2024

М Е Н Ю



Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
ТТК№203	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	1.2	1.2	12.0	132
223/15	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150/20	18.6	18.7	47.6	350
430/08	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	60
К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.2	7.5	38

Цена 99-90 510 20.80 20.20 82.10 580.00

Рецептура	обед младшие классы	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
22/2008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	60	0.6	6.1	2	65
84/2008	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5	2.4	3.6	6.4	76.8
272/08	БИТОЧКИ	90	13.5	13.86	11.34	225
323/08	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	209
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	20	1.52	0.56	13.12	62.4

Цена 149-80 765 25.72 29.24 113.96 842.2  
 Итого за день ... 1275 46.52 49.44 196.06 1422.20

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
22/2008	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1.0	10.2	3.3	109
84/2008	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/5	3.1	5.6	8.0	96
289/08	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ	100	21.2	22.4	11.2	362
323/08	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	200	4.8	6.3	50.3	274.6
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 НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.9	0.7	16.4	78
ТТК№242	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	9.5	5.6	59.5	314
К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.8	0.2	7.5	38

Цена 294-00 1115 47.75 51.68 208.10 1520.60

Директор : \_\_\_\_\_ Зав. производством: \_\_\_\_\_  
 Щербакова Ю.Р. Прокофьева О.В.

Калькулятор: \_\_\_\_\_  
 Евдокимова Н.Ю.