

СОГЛАСОВАНО:
 Директор общеобразовательного учреждения /Диденко Н.Л./

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

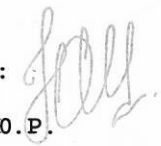
20-Мая-2024 г.

М Е Н Ю

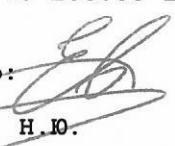
Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
3/2008	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	7.1	6.5	10.3	164
189/08	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.1	7.5	18.9	163
433/08	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	134
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	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 (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
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 (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
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 : 
 Щербакова Ю.Р.

Зав. производством:
 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

21-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 : Щербакова Ю.Р.
 Зав. производством: 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

22-Мая-2024 г.

М Е Н Ю

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	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	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	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	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	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 : _____
 Щербакова Ю.Р.

Зав. производством:
 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

23-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)		
215/08	ОМЛЕТ С СЫРОМ	60	7.5	6.9	1.0	129	
189/08	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5.6	6.9	24.4	183	
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 99-90 540 18.30 17.40 76.40 571

Рецептура	Обед (младшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
ТТКМ224	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ"	60	1.05	3.4	4.88	78.2	
89/2008	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5	2.7	4.6	11.7	100	
256/08	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	140	14.7	10.8	6.6	193	
333/08	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	
ТТКМ168	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.1	0.1	26	115	
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.7	0.32	17	90	
К/К	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0.9	5.8	12.6	106.0	

Цена 149-80 815 25.05 29.72 102.28 830.2
Итого за день ... 1355 43.35 47.12 178.68 1401.20

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д					Энерг. ценн. Ккал
		(г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)		
ТТКМ251	САЛАТ "ЗДОРОВЬЕ" С СЕЛЬДЬЮ	100/20	7.3	11.8	13.4	165	
89/2008	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	250/10/5	3.7	5.9	15.1	129.3	
256/08	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	150	17.3	13.5	7.3	215	
333/08	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	4.8	6	31.3	197	
ТТКМ241	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0.5	0.1	34.5	145	
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	
470/08	БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ	100	6.3	13.9	52.3	361	
К/К	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.4	9.8	47	

Цена 294-00 1220 46.25 52.78 205.60 1472.3

Директор :

Щербакова Ю.Р.

Зав. производством:

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

24-Мая-2024 г.

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№176	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1.2	2.3	11.2	132
ТТК№252	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	10.5	11.94	25.5	230
431/08	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	0.2	0.1	15.0	62
К/К	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2.5% ЖИРНОСТИ	125	3.5	2.5	17.20	113

Цена 99-90

522 15.40 16.84 68.90 537.00

Рецептура	Обед (младшие классы)	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
К/ПР 94/2008	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	60	0.9	3.0	7.8	62.0
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ	200/5	2.6	4.0	8.9	85.6
	СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ					
ТТК№253	СУФЛЕ ИЗ КУР	90	14.4	7.3	3.6	146.0
325/08	РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.8	203
399/08	КОМПОТ ИЗ МАНДАРИНОВ	200	0.5	0.1	34.0	141
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.7	0.32	17.0	90
	МИКРОНУТРИЕНТАМИ					
К/К	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1.4	2.6	14.6	88.0

Цена 149-80

765 26.20 23.62 118.70 815.60

Итого за день ...

1287 41.60 40.46 187.60 1352.60

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д (г)	Бел-ки (г)	Жи-ры (г)	Угле-воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
К/ПР 94/2008	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ И КУРАГОЙ	100	1.5	5.0	13.0	103.3
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ ПЕРЛОВОЙ С	250/10/5	8.7	5	12.4	132.4
	МЯСОМ, СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ					
314/08	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРЫ	100	18.6	14.2	17.0	270.0
325/08	РИС ОТВАРНОЙ	200	4.9	8.4	43.7	270.6
399/08	КОМПОТ ИЗ МАНДАРИНОВ	200	0.5	0.1	34	141
К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.05	0.48	25.5	135
	МИКРОНУТРИЕНТАМИ					
К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1.90	0.70	16.4	78.0
473/08	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	75	7.2	15.22	41.8	242.5
К/К	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0.9	0.2	8.1	43

Цена 294-00

1125 48.25 49.30 211.90 1415.8

Директор : _____
 Щербакова Ю.Р.

Зав. производством:
 Прокофьева О.В.

Калькулятор: _____
 Евдокимова Н.Ю.