

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ" "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

7-Октября-2024 г.

## М Е Н Ю

Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
	(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал

## Цена

Рецептура	обед (младшие классы)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
20/08	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	2.7	5.1	2.6	67
81/116/ 2012	Суп картофельный с горохом, мясом и гренками	250/15/10	12.5	7.96	26.5	228.8
314/2008	Котлета рубленая из филе куриного	100	12.1	14.2	9.87	215.68
323/2008	Каша гречневая рассыпчатая с маслом слив	200/5	4.9	11.5	57.9	311.4
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.4	40.8	184
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
442/2008	Сок фруктовый (персиковый)	200	1.0	0.2	15.0	76.0
338/2011	Яблоко свежее	250	1.0	1.0	24.5	111
ТТК 16.2	Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке	125	4.9	2.5	13.2	102.9
ТТК 14.7	Булочка с корицей	100	7.6	19.8	49.6	328

Цена	401.5	1515	59.50	69.36	281.54	1842.38
Итого за день ...		1515	59.50	69.36	281.54	1842.38

Ген. Директор:

/Жданова Е.Е./

Зав. производством:

/Демина Н.Н./

Гл. технолог:

/Зубрева М.И./

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

8-Октября-2024 г.

М Е Н Ю

Рецептура	В ы х о д	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
	(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал

Цена

Рецептура	обед (младшие классы)	В ы х о д	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
ТТК 1.7	Салат из свежей капусты	100	1.2	5.33	7.66	87
ТТК 295	Мясо отварное	30	10.02	15.28		123
ТТК 2.1	Уха "Невская" с горбушей	250/30	6.84	2.95	16.12	118.3
ТТК 10.3	Плов с куриным филе	300	17.1	20.55	43.1	431.74
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.4	40.8	184
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
ТТК 13.1	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.2	20.1	87.8
338/2011	Апельсин свежий	250	2.3	0.5	20.3	107.5
ТТК 12.4	Печенье в ассортименте	50	6	5	22.5	138
ТТК 14.2	Булочка "Домашняя"	100	7.2	10.8	49.8	300.6

Цена 401.5

1470

63.66 67.71 261.95 1795.54

Итого за день ...

1470

63.66 67.71 261.95 1795.54

Ген.Директор:

/Жданова Е.Е./

Зав.производством:

/Демина Н.Н./

Гл.технолог:

/Зубрева М.И./

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

9-Октября-2024 г.

М Е Н Ю

Рецептура	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
	(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал

Цена

Рецептура	обед (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
52/2011	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	4.1	8.61	6	90.6
64/2012	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/20/10	8.64	5.64	13.36	127.4
ТТК 9.14	Печень по-строгановски	100/40	12.57	17.18	14.53	178.42
325/2008	Рис отварной	200	7.20	8.40	34.90	255.50
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.4	40.8	184
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
ТТК 13.2	Компот из апельсинов	200	0.5	0.1	24.1	95.2
ТТК 14.4	Плюшка "Московская"	100	8.6	14.4	61.6	329.8
ТТК 16.2	Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке	125	4.9	2.5	13.2	102.9
338/2011	Груша свежая	250	1.0	0.75	25.75	117.5

Цена 401.5 1555 60.31 64.68 275.81 1698.92  
Итого за день ... 1555 60.31 64.68 275.81 1698.92

Ген. Директор:

/Жданова Е.Е. /

Зав. производством:

/Демина Н.Н. /

Гл. технолог:

/Зубрева М.И. /

СОГЛАСОВАНО:

Директор общеобразовательного учреждения

/Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ

ПИТАНИЯ

"КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

10-Октября-2024 г.

М Е Н Ю



Рецептура	В ы х о д	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
	(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал

Цена

Рецептура	обед (младшие классы)	В ы х о д	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
213/2008	Яйцо с гарниром	40/60	5.5	6	7	120
76/2008	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	250/15/10	6.1	8.3	22	187
283/08	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	14.66	17.33	11	260.
331/2008	Макаронные изделия отварные	200	6.5	6.4	39.5	254.4
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.4	40.8	184
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
442/2008	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.0	0.2	19.17	90.0
ТТК 12.4	Печенье в ассортименте	50	6	5	22.5	138
338/2011	Мандарины	250	2.0	0.25	18.6	95.0
ТТК 242	Ватрушка с творогом	75	7.4	15.4	48.2	283.6

Цена 401-50	1430	61.96	65.98	270.34	1829.60
Итого за день ...	1430	61.96	65.98	270.34	1829.60

Ген.Директор:

/Жданова Е.Е./

Зав.производством:

/Демина Н.Н./

Гл.технолог:

/Зубрева М.И./

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

11-Октября-2024 г.

М Е Н Ю



Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
	(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал

Цена

804.46

Рецептура	Обед (младшие классы)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
40/2008	Салат из квашеной капусты	150	2.4	7.65	11.55	124.5
ТТК 2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/20	3.62	4.87	18.62	132.50
ТТК 9.16	Жаркое по-домашнему со свининой	300	23.54	25.67	40.51	487.20
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.4	40.8	184
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
ТТК 13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.1	23.5	97.2
ТТК 12.8	Зефир витаминизированный	70	1.08	0.2	39.8	174.20
338/2011	Яблоко свежее	250	1.0	1.0	24.5	111.0
ТТК 296	Булочка дорожная	100	7.3	14.95	52.3	361
ТТК 16.2	Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке	125	4.9	2.5	13.2	102.9

Цена 401-50  
 Итого за день ...

1625 57.24 64.04 306.35 1992.1  
 1625 57.24 64.04 306.35 2796.56

Ген.Директор:  
 /Жданова Е.Е./

Зав.производством:  
 /Демина Н.Н./

Гл.технолог:  
 /Зубрева М.И./