

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

21-Октября-2024 г

М Е Н Ю

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

Цена

Рецептура	обед (старшие классы)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
20/08	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	120	3.24	6.12	3.12	80.4
81/116/ 2012	Суп картофельный с горохом, мясом и гречками	250/20/10	12.72	8.1	26.9	232.96
314/2008	Котлета рубленая из филе куриного	120	14.52	17.1	11.84	258.8
323/2008	Каша гречневая рассыпчатая	230	5.52	7.05	57.8	234.4
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	80	6.4	3.7	41.57	217.6
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	7.2	3.8	45.9	207
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 12.7	Вафли	40	2.88	5.6	19.6	124
ТТК 14.7	Булочка с корицей	100	7.6	19.8	49.6	328

Цена 451.5 1635 66.98 74.97 309.03 1973.06  
Итого за день ... 1635 66.98 74.97 309.03 1973.06

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

22-Октября-2024 г.

## М Е Н Ю

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

## Цена

Рецептура	обед (старшие классы)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. Ккал
ТТК 1.11	Салат из свежей капусты	150	1.8	6.66	11.5	130.5
ТТК 297	Мясо отварное	40	12.05	19.1	0.0	153.75
ТТК 2.3	Уха "Невская" с горбушей	250/30	6.84	2.95	16.12	118.3
ТТК 10.4	Плов с куриным филе	350	19.95	25.97	50.28	503.7
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	7.2	3.8	45.9	207
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 12.5	Печенье в ассортименте	75	9	7.5	33.6	207
ТТК126	Булочка "Домашняя"	100	7.2	10.8	49.8	330

Цена 451.5 1615 72.94 81.18 289.17 2063.15  
Итого за день ... 1615 72.94 81.18 289.17 2063.15

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

23-Октября-2024 г.

М Е Н Ю



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

Цена

Рецептура	Обед (старшие классы)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценность
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
52/2011	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	150	4.9	13.1	7.2	108.7
14/2008	Сыр порциями	20	4.6	5.9	00	72.7
64/2012	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/25/10	10.8	7.05	16.7	159.25
ТТК 9.2	Печень по-строгановски	120/40	14.42	12.72	25.1	249.2
325/2008	Рис отварной	230	5.67	8.58	50.29	311.26
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	7.2	3.8	45.9	207
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 451-50 1690 68.99 72.60 311.41 1971.11  
Итого за день ... 1690 68.99 72.60 311.41 1971.11

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

24-Октября-2024 г.

## М Е Н Ю

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

## Цена

Рецептура	Обед (старшие классы)	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
213/2008	Яйцо с гарниром	40/100	9.24	10.08	14.7	174.16
76/2008	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	250/25/10	11.30	7.4	15.06	185.40
ТТК 9.21	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	120/30	12.30	18.30	13.10	212.30
331/2008	Макаронные изделия отварные	230	7.4	7.36	45.43	292.1
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	7.2	3.8	45.9	207
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 12.5	Печенье в ассортименте	75	9	7.5	33.6	207
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 451-50 1575 73.24 73.99 295.33 1964.16  
Итого за день ... 1575 73.24 73.99 295.33 1964.16

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

25-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

804.46

Рецептура	обед (старшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг. ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
50/08	Салат "Свеколка"	150	12	15.15	22.8	276
ТТК 2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/20	3.62	4.87	18.62	132.50
ТТК 9.22	Жаркое по-домашнему со свиной	350	27.46	29.94	47.26	568.4
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	90	7.2	3.8	45.9	207
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	6.3	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 451-50

Итого за день ...

1685  
1685

70.56 76.21 329.45 2247.80  
70.56 76.21 329.45 3052.26

Ген. Директор:

/Жданова Е.Е./

Зав. производством:

/Демина Н.Н./

Гл. технолог:

/Зубрева М.И./