

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ" КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

6-Ноября 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
184/2008	Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	180/5	10.31	10.4	35.1	237.51
14/2008	Сыр порциями	15	3.45	4.4	0	54.5
ТТК 15.3	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	2.0	1.16	12.99	68.0
430/2008	Чай с сахаром	200	0.2	0.1	15.0	60.0
338/2011	Груша свежая	130	0.52	0.4	13.4	61.1
Цена 104-40		555	16.48	16.46	76.49	481.11

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	60	2.7	6.53	3.6	54.4
64/2012	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	200/5/5	2.55	4.11	8.36	80.8
ТТК 9.4	Печень по-строгановски	90/30	10.3	7.11	14.23	161.92
325/2008	Рис отварной	150	3.7	6.3	26.18	203.0
ТТК 15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3.2	1.7	20.4	92.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.2	Компот из апельсинов	200	0.5	0.1	24.1	95.2
Цена 156-50		830	26.95	28.17	122.85	823.32
Итого за день ...		1385	43.43	44.63	199.34	1304.43

Рецептура	Обед (старшие 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	6.0	90.6
64/2012	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	5.1	6.0	10.9	112.1
ТТК 9.1	Печень по-строгановски	100/40	12.02	17.74	16.60	264.40
325/2008	Рис отварной	200	7.2	8.4	34.9	255.50
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4.8	2.55	30.6	138.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.2	Компот из апельсинов	200	0.5	0.1	24.1	95.2
338/2011	Груша свежая	150	0.6	0.45	15.45	70.50
ТТК 12.3	Пряник	60	3.6	1.8	46.8	201.6
Цена 306-80		1235	41.92	47.97	211.33	1363.90

Ген. Директор:

Зав. производством:

Гл. технолог:

/Жданова Е.Е./

/Цыновкина Н.Н./

/Зубрева М.И./

СОГЛАСОВАНО:

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

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ Кировский"

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

7-Ноября-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
189/2008	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	10.1	12.3	33.5	248.6
ТТК 1.3	Бутерброд с джемом	20/25	2.2	1.2	16.8	86.8
433/2008	Какао с молоком	200	2.9	2.5	19.6	134.0
338/2011	Мандарин свежий	100	0.8	0.1	7.5	38.0
Цена 104-40		530	16.00	16.10	77.40	507.40

Рецептура	обед младшие классы	В ы х о д (г)	Бел- ки (г)	Жи- ры (г)	Угле- воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
213/2008	Яйцо с гарниром	40/20	3.3	3.6	4.2	72.4
76/2008	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	200/5/5	4.6	5.64	11.2	94.0
ТТК 9.5	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/30	7.1	10.21	11.56	180.0
331/2008	Макаронные изделия отварные	150	5.0	4.8	27.0	151.0
ТТК 15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3.2	1.7	20.4	92.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
442/2008	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.0	0.2	19.17	90.0
Цена 156-50		830	28.20	25.68	109.32	780.2
Итого за день ...		1360	44.20	41.78	186.72	1287.60

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д (г)	Бел- ки (г)	Жи- ры (г)	Угле- воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
213/2008	Яйцо с гарниром	40/60	5.5	6.0	7.0	120.0
76/2008	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	250/15/10	9.85	7.2	15.06	178.80
ТТК 9.11	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/40	8.3	12.9	12.53	200.4
331/2008	Макаронные изделия отварные	200	6.5	6.4	39.5	254.4
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4.8	2.55	30.6	138.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
442/2008	Сок фруктовый (яблочный)	200	1.0	0.2	19.17	90.0
338/2011	Мандарин свежий	150	1.2	0.15	11.2	57.0
ТТК 14.3	Сдоба обыкновенная	75	5.7	14.9	37.2	246.0
Цена 306-80		1250	46.85	52.62	198.24	1420.60

Ген. Директор:

Зав. производством:

Гл. технолог:

/Жданова Е.Е./

/Цыновкина Н.Н./

/Зубрева М.И./

СОГЛАСОВАНО:

Директор общеобразовательного учреждения

/Диденко Н.Л./

А О "КОМБИНАТ

ПИТАНИЯ

КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 493 Кировского района г. Санкт-Петербурга

8-Ноября-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
214/2008	Омлет натуральный	150	14.4	18.87	14.6	283.63
ТТК 15.3	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	2.0	1.16	12.99	68.0
431/2008	Чай с лимоном	200/5	0.2	0.1	15.0	60.0
ТТК 12.1	Зефир витаминизированный	35	0.63	0.1	23.2	101.6
338/2011	Яблоко свежее	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Цена 104-40		515	17.63	20.63	75.59	557.63

Рецептура	обед младшие классы	В ы х о д (г)	Бел- ки (г)	Жи- ры (г)	Угле- воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
40/2008	Салат из квашеной капусты	60	0.96	3.06	4.62	49.8
ТТК 2.2	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	200/20	2.1	3.1	10.1	109.2
ТТК 9.6	Жаркое по-домашнему со свиной	240	16.56	17.65	23.2	317.8
ТТК 15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3.2	1.7	20.4	92.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.1	23.5	97.2
Цена 156-50		810	27.42	27.93	107.80	802.00
Итого за день ...		1325	45.05	48.56	183.39	1359.63

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д (г)	Бел- ки (г)	Жи- ры (г)	Угле- воды (г)	Энерг. ценн. Ккал
40/2008	Салат из квашеной капусты	100	1.6	5.1	7.7	83.0
ТТК 2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/20	3.62	4.87	18.62	132.5
ТТК 9.16	Жаркое по-домашнему со свиной	300	23.54	25.67	40.51	487.20
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4.8	2.55	30.6	138.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0.6	0.1	23.5	97.2
338/2011	Яблоко свежее	150	0.6	0.6	14.0	64.0
ТТК 16.1	Йогурт фруктовый м.д.ж.2.5% в индивидуальной упаковке	100	4.1	2.5	4.9	87.0
ТТК 12.1	Зефир витаминизированный	35	0.63	0.1	23.2	101.6
Цена 306-80		1265	43.49	43.81	189.01	1326.50

Ген. Директор:

Зав. производством:

Гл. технолог:

/Жданова Е.Е.

/Цыновкина Н.Н.

/Зубрева М.И./