



Согласовано
 Директор школы № 493
 Ф.И.О. *Н.А. Ануренко*



УТВЕРЖДЕНО
 Генеральный директор
 АО "Комбинат питания "Кировский"
 Е.Е. Жданова

МЕНЮ (Льготное)
1 день
20 января 2025г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
100	Огурец солёный порционно Огурцы соленые Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,66 ккал
250/20/10	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 8,84 г, Ж - 8,04г, У - 15,20 г, ЭЦ - 165,20ккал
120	Филе индейки по-строгановски Филе индейки с/м, Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Лук репчатый, Томатная паста, Соль 11,16 г, Ж - 16,2 г, У - 6,56 г, ЭЦ - 234,48 ккал Б -
200/15	Макаронные изделия отварные с сыром Макароны, Масло сливочное, Соль Б - 15,80 г, Ж - 16,10г, У - 37,50 г, ЭЦ - 358,00ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,40 г, Ж - 3,4 г, У - 40,80 г, ЭЦ - 184,00ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60ккал
100	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм Б-8,60г, Ж - 14,40г, У - 61,60 г, ЭЦ - 329,60ккал Б -
50	Печенье в ассортименте Б - 6 г, Ж- 5 г, У - 22,5 г, ЭЦ - 138 ккал
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж- 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111,1 ккал

Главный технолог _____

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 493
Ф.И.О.

493

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "Комбинат питания "Кировский"
Е.Е.Жданова.

МЕНЮ (Льготное)

2 день

21 января 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год	
150	Салат из свежей капусты с огурцом Капуста белокочанная, Морковь, Огурец свежий, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль 1,95 г, Ж - 8,00 г, У - 14,25 г, ЭЦ - 132,45ккал	Б -
250/15/10	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 5,82 г, Ж - 8,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 169,5 ккал	
120	Шницель рубленый мясной Говядина, Свинина, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло растительное	Б - 11,64 г, Ж - 11,29 г, У - 9,41 г, ЭЦ - 232,56 ккал
200	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль	Б - 7,2 г, Ж - 8,4г, У - 34,90г, ЭЦ - 255,50ккал
200	Компот из свежих яблок Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная	Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,4 г, У - 40,80г, ЭЦ - 184,00 ккал	
80	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60 ккал	
100	Булочка с маком Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи, Молоко, Мак, Сахарная пудра, Масло растительное	Б -
60	Пряник Б - 3,6 г, Ж - 1,8 г, У - 46,8 г, ЭЦ - 201,6 ккал	
250	Апельсин свежий Б - 2,3 г, Ж - 0,5 г, У - 20,3 г, ЭЦ - 107,5 ккал	

Главный технолог



Зав. производством



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 493

Ф.И.О. И.И. Ауренко

УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

АО "Комбинат питания "Кировский"

Е.Е. Жданова

**МЕНЮ (Льготное)****3 день**22 января 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год	
100/40	Салат из свеклы с яйцом Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 4,5 г, Ж - 13,60 г, У - 8,56 г, ЭЦ - 161,00ккал	
250/20	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Лавровый лист Б - 9,54г, Ж - 4,54 г, У - 19,16 г, ЭЦ - 153,40ккал	
120	Ватрушка рыбная запечённая (из горбуши) Горбуша филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Морковь, Сыр, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Соль, Масло растительное Б - 13,06 г, Ж - 11,52г, У - 12,60г, ЭЦ - 202,34 ккал	
200/5	Картофель отварной с маслом сливочным Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,81 г, Ж - 11,20г, У - 31,13 г, ЭЦ - 239,20 ккал	
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал	
80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,4г, У - 40,8 г, ЭЦ - 184,00ккал	
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60ккал	
75	Ватрушка с творогом Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи, Соль, Молоко, Творог, Масло растительное 7,4г, Ж - 15,40г, У - 48,20г, ЭЦ - 283,60 ккал	Б -
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал	
250	Груша свежая Б - 1,0 г, Ж - 0,75 г, У - 25,75 г, ЭЦ - 117,5 ккал	

Главный технолог _____

Зав. производством _____



СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 493

493

Н.А. Диденко



УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "Комбинат питания" Кировский"
Е.Е.Жданова

**МЕНЮ (Льготное)
4 день**

83 января 2025г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
150	Салат из квашеной капусты Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахар Б - 2,4 г, Ж - 9,65г, У - 11,55 г, ЭЦ - 124,50ккал
250/151/5	Суп картофельный с горохом, мясом и гречками Картофель свежий, Свинина, Горох луценьный, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 13,30г, Ж - 12,06 г, У - 26,50 г, ЭЦ - 228,80ккал
120	Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе Говядина с/м, Морковь, Сметана, Мука пшеничная, Молоко, Масло растительное, Соль Б - 12,6 г, Ж - 13,3 г, У - 5,04 г, ЭЦ - 196,7 ккал
200	Каша гречневая рассыпчатая Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8 г, Ж - 7,4 г, У - 42,80г, ЭЦ - 274,00ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,4г, У - 40,80г, ЭЦ - 184,00ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60ккал
75	Ватрушка с джемом Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Соль, Дрожжи, Молоко, Ванилин, Джем, Масло растительное Б - 5,38 г, Ж - 11,25г, У - 38,50г, ЭЦ - 206,13ккал
60	Пряник Б - 3,6 г, Ж - 1,8 г, У - 46,8 г, ЭЦ - 201,6 ккал
250	Мандарин свежий Б - 2,0 г, Ж - 0,25 г, У - 18,6 г, ЭЦ - 95,0 ккал

Главный технолог _____

Зав. производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 493

Ф.И.О.

493

М.И. Дуренко

МЕНЮ (Льготное)

5 день

14 января 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Генеральный директор
АО "Комбинат питания" Кировский"
Е.Е.Жданова



Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2024 год
	Винегрет овощной с сельдью
130/20	Свекла свежая, Сельдь филе с/с, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 6,0 г, Ж - 18,13 г, У - 15,18г, ЭЦ - 231,90 ккал
	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной
250/15/10	Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 8,7г, Ж - 8,21 г, У - 28,30 г, ЭЦ - 170,80ккал
	Голубцы ленивые
300	Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокочанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 21,6 г, Ж - 18,75 г, У - 26,92 г, ЭЦ - 361,7 ккал
	Кисель из плодов шиповника
200	Плоды шиповника сушеные, Крахмал картофельный, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами
80	Б - 6,4г, Ж - 3,4 г, У - 40,8 г, ЭЦ - 184,00ккал
	Батон обогащенный микронутриентами
80	Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,37 г, ЭЦ - 136,00ккал
	Зефир витаминизированный
70	Б - 01,26г, Ж - 0.20г, У - 46.40г, ЭЦ - 203,20ккал
	Яблоко свежее
250	Б - 1,0 г, Ж- 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111 ккал
	Сдоба обыкновенная
75	Мука пшеничная, Масло сливочное, Яйцо, Сахар, Соль, Молоко, Дрожжи, Масло растительное Б - 5,7г, Ж- 14,90г, У - 37,20 г, ЭЦ - 246,00 ккал

Главный технолог

[Signature]

Зав. производством

[Signature]