



МЕНЮ (Льготное)
1 день
28 апреля 2025г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
100	Огурец свежий порционно Огурцы свежие Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 1,7 г, ЭЦ - 12 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 - 8,04 г, У - 15,20 г, ЭЦ - 165,20 ккал
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 Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 15,80 г, Ж - 16,10 г, У - 37,50 г, ЭЦ - 358,00 ккал
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 - 184,00 ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60 ккал
100	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм Б - 8,60 г, Ж - 14,40 г, У - 61,60 г, ЭЦ - 329,80 ккал 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. *Веденкова*

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

МЕНЮ (Льготное)

1 день

28 апреля 2025 г.



Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
150	Салат из свежих огурцов Огурцы свежие, Масло растительное, Соль Б - 1,05 г, Ж - 16,05 г, У - 14,56 г, ЭЦ - 154,5 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 - 8,04 г, У - 15,20 г, ЭЦ - 165,20 ккал
140	Филе индейки по-строгановски Филе индейки с/м, Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Лук репчатый, Томатная паста, Соль 15,2 г, Ж - 21,46 г, У - 7,65 г, ЭЦ - 273,56 ккал Б -
230/15	Макаронные изделия отварные, с сыром Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль, сыр Б - 18,0, Ж - 18,34 г, У - 42,73 г, ЭЦ - 407,95 ккал
200	Сок фруктовый (яблочный) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2 г, Ж - 3,8 г, У - 45,9 г, ЭЦ - 207,00 ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60 ккал
100	Плюшка "Московская" Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм 4,3 г, Ж - 7,2 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 164,9 ккал Б -
75	Печенье в ассортименте Б - 9,0 г, Ж - 7,5 г, У - 33,75 г, ЭЦ - 207,0 ккал
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,6 г, ЭЦ - 111,1 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

493

Ведущий И.И.

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

МЕНЮ (Льготное)

2 день

29 апреля 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
150	Салат из свежих помидоров Помидоры свежие, Лук зеленый, Соль, Масло растительное Б - 1,5 г, Ж - 6,75 г, У - 14,23 г, ЭЦ - 132,45 ккал
250/15/1 0	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 - 8,4 г, У - 34,90 г, ЭЦ - 255,50 ккал
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 - 40,80 г, ЭЦ - 184,00 ккал
80	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, 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 - 12,50 г, Ж - 20,40 г, У - 47,20 г, ЭЦ - 156,30 ккал
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 №
Ф.И.О.



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



МЕНЮ (Льготное)

2 день

29 апреля 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
150	Салат из свежей помидоров Помидоры свежие, Лук зеленый, Масло растительное, Соль Б- 1,50г, Ж - 6,75 г, У - 14,25 г, ЭЦ - 132,45 ккал
40	Кура отварная(филе) Кура Филе, соль Б-12,52г, Ж-15,28г, У-0, ЭЦ-132,45ккал.
250/20/10	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежа Б - 7,1 г, Ж - 8,5 г, У - 14,5 г, ЭЦ - 178,2 ккал
120	Шницель рубленый мясной Говядина, Свинина, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло растительное Б - 5,9 г, Ж - 8,25 г, У - 14,66 г, ЭЦ - 172,58ккал
230	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 8,28г, Ж - 9,66г, У - 41,10 г, ЭЦ - 193,80 ккал
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
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2 г, Ж - 3,8 г, У - 45,90 г, ЭЦ - 207,0ккал
80	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7г, У - 71,57 г, ЭЦ - 217,60ккал
100	Булочка с маком Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи, Молоко, Мак, Сахарная пудра, Масло растительное Б - 8,2 г, Ж - 20,4 г, У - 47,20г, ЭЦ - 156,30 ккал
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 №

Ф.И.О.

493

Директор

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

**МЕНЮ (Льготное)****3 день**30 апреля 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 Б - 7,4г, Ж - 15,40г, У - 48,20г, ЭЦ - 283,60 ккал	
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
Ф.И.О. Исренко И.И.



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



МЕНЮ (Льготное)

3 день

30 апреля 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
150	Салат из свеклы с сыром и чесноком Свекла, Сыр, Чеснок, Масло растительное, Соль Б - 7,05г, Ж - 29,25г, У - 10,50 г, ЭЦ - 336,00ккал
40	Яйцо вареное Б - 5,1г, Ж - 4,5г, У - 0,3г, ЭЦ - 63,00ккал
250/25	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Лавровый лист Б - 9,71 г, Ж - 4,62 г, У - 19,51 г, ЭЦ - 156,24 ккал
120	Ватрушка рыбная запечённая (из горбуши) Горбуша филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Морковь, Сыр, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Соль, Масло растительное Б - 13,10 г, Ж - 11,52 г, У - 12,6 г, ЭЦ - 202,34 ккал
230/5	Картофель отварной Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 4,40 г, Ж - 8,13г, У - 35,68г, ЭЦ - 274,20ккал
200	Компот из апельсинов Апельсины свежие, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2г, Ж - 3,8 г, У - 45,90г, ЭЦ - 207,00 ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60 ккал
75	Ватрушка с творогом Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи, Соль, Молоко, Творог, Масло растительное Б - 7,4г, Ж - 15,4г, У - 48,20г, ЭЦ - 283,60 ккал
250	Груша свежая Б - 1,0 г, Ж - 0,75 г, У - 25,75 г, ЭЦ - 117,5 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал

Главный технолог

Зав. производством