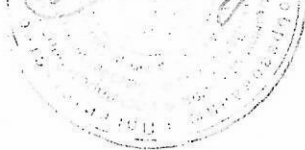


СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 493

Ф.И.О.:



УТВЕРЖДЕНО

Генеральный директор

АО "Комбинат питания" Кировский"

Е.Е.Жданова.

МЕНЮ (Льготное)

7 день

01 12 2024 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
100	Салат из соленых огурцов Огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное Б - 2,7г, Ж - 5,10 г, У - 2,6г, ЭЦ - 67,00ккал
250/151 0	Суп картофельный с горохом, мясом и гречками Картофель свежий, Горох лущеный, Свинина, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 12,50 г, Ж - 7,96 г, У - 26,50 г, ЭЦ - 228,80ккал
100	Котлета рубленая из филе куриного Филе куриное с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 12,1 г, Ж - 14,2 г, У - 9,87 г, ЭЦ - 215,68 ккал
200/5	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,9 г, Ж - 11,50 г, У - 57,90г, ЭЦ - 311,40ккал
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 - 3,4 г, У - 40,80 г, ЭЦ - 184,00ккал
80	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60ккал
75	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи Б - 5,7г, Ж - 14,90 г, У - 37,20 г, ЭЦ - 246,00 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	Мандарины свежие Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111 ккал

Главный технолог



Зав. производством





МЕНЮ (Льготное)

7 день

01 12 2024 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
120	Салат из соленых огурцов Огурцы соленые, лук репчатый, масло растительное Б - 3,24г, Ж - 6,12 г, У - 4,12г, ЭЦ - 80,40ккал
250/201 0	Суп картофельный с горохом, мясом и гренками Картофель свежий, Горох лущеный, Свинина, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 12,72 г, Ж - 8,10г, У - 26,90 г, ЭЦ - 232,96ккал
120	Котлета рубленая из филе куриного Филе куриное с/м, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль Б - 14,52 г, Ж - 17,10 г, У - 11,84 г, ЭЦ - 258,80 ккал
230/5	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 5,52г, Ж - 13,50 г, У - 66,58г, ЭЦ - 356,97ккал
200	Сок фруктовый (персиковый) Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2 г, Ж - 3,8 г, У - 45,90 г, ЭЦ - 207,00ккал
80	Батон нарезной обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60ккал
100	Сдоба обыкновенная Мука пшеничная, Сахар-песок, Масло растительное, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи Б - 7,6г, Ж - 19,86 г, У - 49,60 г, ЭЦ - 328,00 ккал
40	Вафли Б - 2,88г, Ж - 5,60 г, У - 19,50 г, ЭЦ - 124,00ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 3,12г, Ж - 5,5, У - 17,62 г, ЭЦ - 508,75ккал
250	Мандарины свежие Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111 ккал

Главный технолог

Зав. производств

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 493
Ф.И.О. _____

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ (Льготное)

8 день

02 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год	
100	Салат из свежей капусты Капуста белокочанная свежая, Морковь, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль Б - 1,2 г, Ж - 5,33 г, У - 7,66 г, ЭЦ - 87,0 ккал	
30	Мясо отварное (свинина) Свинина, Соль, Б-10,02, Ж-15,28, У-0, ЭЦ-123,00	
250/30	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой Филе минтая с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Соль, Масло растительное, Лавровый лист, Зелень укроп Б - 7,12 г, Ж - 2,88 г, У - 19,60 г, ЭЦ - 132,40 ккал	
300	Плов с куриным филе Филе куриное с/м, Морковь, Лук репчатый, Рис, Масло растительное, Соль, Томатная паста Б - 17,1 г, Ж - 20,55 г, У - 43,1 г, ЭЦ - 431,74 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 - 6,4г, Ж - 3,4г, У - 40,80г, ЭЦ - 184,00ккал	
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60ккал	
100	Булочка "домашняя" Мука пшеничная, Сахар-песок, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи, Масло растительное Б - 7,20г, Ж - 10,80 г, У - 49,80г, ЭЦ - 300,60ккал	
50	Печенье в ассортименте Б - 6,0 г, Ж - 5,0 г, У - 22,5 г, ЭЦ - 138 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 № 1193
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

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

МЕНЮ (Льготное)

8 день

02 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год	
150	Салат из свежей капусты Капуста белокочанная свежая, Морковь, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль Б - 1,8г, Ж - 6,66 г, У - 16,50г, ЭЦ - 130,50ккал	
40	Мясо отварное (свинина) Свинина, Соль, Б-12,02,Ж-19,10,У-0, ЭЦ-123,00	
250/30	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой Филе минтая с/м, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Соль, Масло растительное, Лавровый лист, Зелень укроп Б - 7,38г, Ж - 2,98 г, У - 23 г, ЭЦ - 137,3 ккал	
350	Плов с куриным филе Филе куриное с/м, Морковь, Лук репчатый, Рис, Масло растительное, Соль, Томатная паста Б - 19,95 г, Ж - 25,97 г, У - 56,40г, ЭЦ - 503,70 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 - 7,20г, Ж - 3,8г, У - 45,90г, ЭЦ - 207,00ккал	
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60ккал	
100	Булочка "домашняя" Мука пшеничная, Сахар-песок, Яйцо куриное, Соль, Дрожжи, Масло растительное 7,20г, Ж - 10,80 г, У - 49,80г, ЭЦ - 300,60ккал	Б
75	Печенье в ассортименте Б - 9,0 г, Ж - 7,5 г, У - 33,60 г, ЭЦ - 207,00ккал	
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. Дегуркина Н.И.

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

МЕНЮ (Льготное)

9 день

03 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
100	Салат из свеклы отварной с маслом растительным Свекла, Масло растительное, Соль Б - 4,1 г, Ж - 8,61 г, У - 6 г, ЭЦ - 90,6 ккал
250/20/10	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 8,64 г, Ж - 5,64 г, У - 13,36 г, ЭЦ - 127,40 ккал
100/40	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль Б - 12,57 г, Ж - 17,18 г, У - 14,53 г, ЭЦ - 178,42 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 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 - 3,4 г, У - 40,80 г, ЭЦ - 184,0 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 растительное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль, Изюм Б - 8,6 г, Ж - 14,40 г, У - 61,60 г, ЭЦ - 329,80 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 3,12 г, Ж - 6,6 г, У - 17,62 г, ЭЦ - 608,75 ккал
250	Груша свежая Б - 1,0 г, Ж - 0,75 г, У - 26,75 г, ЭЦ - 117,6 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 493
Ф.И.О. Александров М.А.



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

МЕНЮ (Льготное)

9 день

03 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
150	Салат из свеклы отварной с маслом растительным Свекла, Масло растительное, Соль Б - 4,9 г, Ж - 13,10 г, У - 7,20 г, ЭЦ - 108,70 ккал
250/25/10	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной Картофель свежий, Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Горошек зелёный консерв., Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 10,8 г, Ж - 7,05 г, У - 16,70 г, ЭЦ - 159,25 ккал
120/40	Печень по-строгановски Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль Б - 14,42 г, Ж - 12,72 г, У - 25,10 г, ЭЦ - 249,20 ккал
230	Рис отварной Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 8,28 г, Ж - 9,66 г, У - 57,80 г, ЭЦ - 315,86 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
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2 г, Ж - 3,8 г, У - 45,90 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 растительное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Соль, Изюм Б 8,6 г, Ж - 14,40 г, У - 61,60 г, ЭЦ - 329,80 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 3,12 г, Ж - 5,6 г, У - 17,62 г, ЭЦ - 608,75 ккал
250	Груша свежая Б - 1,0 г, Ж - 0,75 г, У - 26,75 г, ЭЦ - 117,5 ккал

Главный технолог

Зур

Зав. производством

Р

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 493
Ф.И.О. Овчинникова Н.А.



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

МЕНЮ (Льготное)

10 день

04 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025год
40/60	Яйцо с гарниром Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 5,5 г, Ж - 6,0 г, У - 7,0 г, ЭЦ - 120,0 ккал
250/15/10	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 9,85 г, Ж - 7,2г, У - 15,06 г, ЭЦ - 178,8 ккал
120/30	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом Говядина с/м, Свинина с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 12,30 г, Ж - 18,30г, У - 13,10г, ЭЦ - 212,30 ккал
200	Макаронные изделия отварные Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,5 г, Ж - 6,4г, У - 39,50г, ЭЦ - 254,40 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 - 6,4г, Ж - 3,4г, У - 40,80г, ЭЦ - 184,0ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60 ккал
100	Ватрушка с творогом Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Соль, Яйцо куриное, Дрожжи, Молоко, Творог, Масло растительное Б - 10,86г, Ж - 20,53г, У - 48,20г, ЭЦ - 283,60ккал
50	Печенье в ассортименте Б - 6,0 г, Ж - 6,0 г, У - 22,60г, ЭЦ - 138,00ккал
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,60г, ЭЦ - 111,00ккал

Главный технолог

Зуря

Зав. производством

Р

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 493
Ф.И.О. Дудина И.В.



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

МЕНЮ (Льготное)

10 день

04 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025год	
40/100	Яйцо с гарниром Яйцо куриное вареное, Горошек зеленый консервированный Б - 9,24 г, Ж - 10,08 г, У - 14,70г, ЭЦ - 174,16ккал	
250/25/10	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной Свекла свежая, Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Томатная паста, Сахар-песок, Кислота лимонная, Курица отварная, Сметана, Соль, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 11,30 г, Ж - 7,40г, У - 15,06г, ЭЦ - 185,40 ккал	
120/30	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом Говядина с/м, Свинина с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 17,59г, Ж - 18,30 г, У - 13,10г, ЭЦ - 312,00 ккал	
230	Макаронные изделия отварные Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 7,33 г, Ж - 6,4г, У - 61,15г, ЭЦ - 254,66 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 - 7,2г, Ж - 3,8г, У - 45,90г, ЭЦ - 207,00ккал	
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,7 г, У - 41,57г, ЭЦ - 217,60 ккал	
100	Ватрушка с творогом Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Соль, Яйцо куриное, Дрожжи, Молоко, Творог, Масло растительное Б - 10,86г, Ж - 20,53г, У - 48,20г, ЭЦ - 283,60ккал	
50	Печенье в ассортименте Б - 6,0 г, Ж - 6,0 г, У - 22,50г, ЭЦ - 138,00ккал	
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,50г, ЭЦ - 111,00ккал	

Главный технолог

Дудина И.В.

Зав. производством

Жданова Е.Е.

СОГЛАСОВАНО
Директор школы № 493
Ф.И.О. Овчинникова И.С.



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

МЕНЮ (Льготное)

11 день

05 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 5-8 классах на 2025 год
150	Салат из квашеной капусты Капуста квашеная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 2,4 г, Ж - 7,65г, У - 11,55 г, ЭЦ - 124,50 ккал
250/20	Бульон куриный с вермишелью и яйцом Курица отварная, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Петрушка, Лавровый лист, Яйцо куриное, Соль Б - 3,62 г, Ж - 4,87 г, У - 18,62 г, ЭЦ - 132,5 ккал
300	Жаркое по-домашнему со свининой Свинина с/м, Картофель, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лавровый лист Б - 23,54 г, Ж - 25,67 г, У - 40,51 г, ЭЦ - 487,2 ккал
200	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97,2 ккал
80	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 6,4г, Ж - 3,4 г, У - 40,80г, ЭЦ - 184,00 ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60ккал
100	Булочка дорожная Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи, Масло растительное Б - 7,3г, Ж - 14,95г, У - 52,30г, ЭЦ - 361,00ккал.
70	Зефир витаминизированный Б - 1,08 г, Ж - 0,2 г, У - 39,8 г, ЭЦ - 174,2 ккал
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111,0 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 4,9 г, Ж - 2,5 г, У - 13,2 г, ЭЦ - 102,9 ккал

Главный технолог

И.С. Овчинникова

Зав. производством

Е.Е. Жданова

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.

193

Введенко И.И.



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

МЕНЮ (Льготное)

11 день

05 12 2025 г.

Выход, г	Комплексный обед обучающихся в 9-11 классах на 2025 год
150	Салат свеколка Свекла, Курага, Изюм, Масло растительное Б - 12г, Ж - 15,15г, У - 22,80 г, ЭЦ - 276,00 ккал
250/20	Бульон куриный с вермишелью и яйцом Курица отварная, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Петрушка, Лавровый лист, Яйцо куриное, Соль Б - 3,62 г, Ж - 4,87 г, У - 18,62 г, ЭЦ - 132,5 ккал
350	Жаркое по-домашнему со свининой Свинина с/м, Картофель, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Соль, Лавровый лист Б - 27,46 г, Ж - 29,94 г, У - 47,26 г, ЭЦ - 568,40ккал
200	Компот из смеси сухофруктов Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97,2 ккал
90	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами Б - 7,2г, Ж - 3,8 г, У - 45,90г, ЭЦ - 207,00ккал
80	Батон обогащенный микронутриентами Б - 6,4 г, Ж - 3,7 г, У - 41,57 г, ЭЦ - 217,60ккал
100	Булочка дорожная Мука пшеничная, Сахар, Масло сливочное, Соль, Дрожжи, Масло растительное Б - 8,3г, Ж - 14,95г, У - 52,30г, ЭЦ - 361,00ккал.
70	Зефир витаминизированный Б - 1,08 г, Ж - 0,2 г, У - 39,8 г, ЭЦ - 174,2 ккал
250	Яблоко свежее Б - 1,0 г, Ж - 1,0 г, У - 24,5 г, ЭЦ - 111,0 ккал
125	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке Б - 3,12 г, Ж - 5,5г, У - 17,62 г, ЭЦ - 508,75ккал

Главный технолог

Зав. производством