

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (обед) в осенне-зимний период  
для предоставления питания учащимся старших классов (12 и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>1 день</b>							
<b>Обед</b>							
Огурец соленый порционно	100	ТТК	1,5	0,80	0,10	2,00	11,66
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	2012	72	3,00	4,53	13,20	147,10
Филе индейки по-строгановски	100	2016	313	9,30	13,50	5,47	195,40
Макароны отварные с сыром	200/15	ТТК	5,1	15,80	16,10	37,50	358,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15,1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15,4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,17	90,00
Яблоко свежее	150	2011	338	0,60	0,60	14,00	64,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14,1	8,62	14,40	61,65	329,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1250</b>			<b>47,92</b>	<b>54,30</b>	<b>209,57</b>	<b>1469,96</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>47,92</b>	<b>54,30</b>	<b>209,57</b>	<b>1469,96</b>
<b>2 день</b>							
<b>Обед</b>							
Салат из свежей капусты с огурцом	100	ТТК	1,6	1,30	5,33	9,50	88,30
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	250/10/5	2008	76	5,32	7,10	14,40	159,70
Шницель рубленый мясной	100	ТТК	9,7	12,90	9,96	9,41	193,80
Рис отварной	200	2008	325	7,20	8,40	34,90	255,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15,4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15,1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13,1	0,20	0,20	20,10	87,80
Апельсин свежий	170	2011	338	1,53	0,34	13,77	73,10
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12,5	9,00	7,50	33,60	207,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1220</b>			<b>46,25</b>	<b>43,70</b>	<b>192,26</b>	<b>1339,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>46,25</b>	<b>43,70</b>	<b>192,26</b>	<b>1339,20</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**3 день**

**Обед**

Салат из свеклы с яйцом	80/20	2011	52/209	4,51	8,75	4,50	125,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	250/15	2012	82	4,00	2,90	17,06	121,00
Ватрушка рыбная запеченная (из горбуши)	100	ТТК	8.2	10,88	9,60	10,50	168,62
Картофель отварной	200	2008	333	3,80	7,10	30,40	201,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащенный микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из апельсинов	200	ТТК	13.2	0,50	0,10	24,10	95,20
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Груша свежая	150	2011	338	0,60	0,45	15,45	70,50
Булочка "домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1325</b>			<b>44,39</b>	<b>47,07</b>	<b>213,29</b>	<b>1443,72</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>44,39</b>	<b>47,07</b>	<b>213,29</b>	<b>1443,72</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**4 день**

**Обед**

Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	2012	81/116	7,00	4,85	20,15	164,00
Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе	100	2016	275	10,50	11,11	4,20	189,00
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	323	4,80	7,40	42,80	274,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащенный микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	2008	442	1,00	0,20	15,00	76,00
Мандарин свежий	150	2011	338	1,20	0,15	11,20	57,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1220</b>			<b>43,52</b>	<b>48,08</b>	<b>219,28</b>	<b>1446,80</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>43,52</b>	<b>48,08</b>	<b>219,28</b>	<b>1446,80</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

**5 день**

**Обед**

Винегрет овощной	100	2008	51	1,33	8,20	6,66	123,30
Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	2008	91	4,70	7,00	28,30	170,80
Голубцы ленивые	300	ТТК	9.17	21,60	18,75	26,92	361,70
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Кисель из плодов шиповника	200	ТТК	13.3	0,20	0,10	26,20	108,40
Яблоко свежее	150	2011	338	0,60	0,60	14,00	64,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
<b>Всего за прием пищи:</b>	<b>1200</b>			<b>42,93</b>	<b>54,42</b>	<b>195,86</b>	<b>1348,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>42,93</b>	<b>54,42</b>	<b>195,86</b>	<b>1348,20</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

**6 день**

**Обед**

Салат из свежей моркови с яблоком	100	2011	71	0,85	0,10	7,86	83,33
Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной	250/15/10	2012	70	6,10	8,30	22,00	187,10
Печень, тушённая в соусе	100/40	ТТК	9.9	13,50	18,90	17,00	271,50
Пюре картофельное	200	2008	335	5,80	7,20	24,80	188,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Апельсин свежий	170	2011	338	1,53	0,34	13,77	73,10
Пряник	60	ТТК	12.3	3,60	1,80	46,80	201,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1355</b>			<b>44,48</b>	<b>44,21</b>	<b>213,81</b>	<b>1453,43</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>44,48</b>	<b>44,21</b>	<b>213,81</b>	<b>1453,43</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**7 день**

**Обед**

Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,66
Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	2012	81/116	7,00	4,85	20,15	164,00
Котлета рубленая из филе куриного	100	2008	314	12,10	14,20	9,87	215,68
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	323	4,80	7,40	42,80	274,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	2008	442	1,00	0,20	15,00	76,00
Йогурт фруктовый, м.л.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Яблоко свежее	150	2011	338	0,60	0,60	14,00	64,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1295</b>			<b>44,90</b>	<b>49,62</b>	<b>202,50</b>	<b>1412,34</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>44,90</b>	<b>49,62</b>	<b>202,50</b>	<b>1412,34</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**8 день**

**Обед**

Салат из свежей капусты	100	ТТК	1.7	1,20	5,33	7,66	87,00
Уха "Невская" с горбушей	250/30	ТТК	2.3	6,84	2,95	16,12	118,30
Плов с куриным филе	300	ТТК	10.3	17,10	20,55	43,10	431,74
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Апельсин свежий	170	2011	338	1,53	0,34	13,77	73,10
Булочка "домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1260</b>			<b>42,87</b>	<b>45,04</b>	<b>207,13</b>	<b>1372,54</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>42,87</b>	<b>45,04</b>	<b>207,13</b>	<b>1372,54</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

**9 день**

**Обед**

Салат из свёклы отварной с маслом растительным	100	2011	52	4,10	8,61	6,00	90,60
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	2012	64	5,10	6,00	10,90	112,10
Печень по-строгановски	100/40	ТТК	9.10	12,02	17,74	16,60	264,40
Рис отварной	200	2008	325	7,20	8,40	34,90	255,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из апельсинов	200	ТТК	13.2	0,50	0,10	24,10	95,20
Груша свежая	150	2011	338	0,60	0,45	15,45	70,50
Пряник	60	ТТК	12.3	3,60	1,80	46,80	201,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1235</b>			<b>41,92</b>	<b>47,97</b>	<b>211,33</b>	<b>1363,90</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>41,92</b>	<b>47,97</b>	<b>211,33</b>	<b>1363,90</b>

Наименование	Выход	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

**10 день**

**Обед**

Яйцо с гарниром	40/60	2008	213	5,50	6,00	7,00	120,00
Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	250/15/10	2008	76	9,85	7,20	15,06	178,80
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/40	ТТК	9.11	8,30	12,90	12,53	200,40
Макаронные изделия отварные	200	2008	331	6,50	6,40	39,50	254,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,17	90,00
Мандарин свежий	150	2011	338	1,20	0,15	11,20	57,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1250</b>			<b>46,85</b>	<b>52,62</b>	<b>198,24</b>	<b>1420,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>46,85</b>	<b>52,62</b>	<b>198,24</b>	<b>1420,60</b>

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**11 день**

**Обед**

Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/20	ТТК	2.4	3,62	4,87	18,62	132,50
Жаркое по-домашнему со свиной	300	ТТК	9.16	23,54	25,67	40,51	487,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Яблоко свежее	150	2011	338	0,60	0,60	14,00	64,00
Йогурт фруктовый, м.л.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	23,20	101,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1265</b>			<b>43,49</b>	<b>43,81</b>	<b>189,01</b>	<b>1326,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>43,49</b>	<b>43,81</b>	<b>189,01</b>	<b>1326,50</b>

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энергетическая ценность, ккал.
	г						
				Всего	Всего	Всего	
	г		г	г	г		

**12 день**

**Обед**

Салат "Витаминный"	100	2008	41	1,20	5,20	9,50	90,00
Суп-пюре из разных овощей с гречками	250/10	2008	115	7,75	12,60	12,52	210,20
Котлета рыбная "любительская" с соусом томатным	100/40	2008	241/364	13,90	4,80	14,50	142,50
Пюре картофельное	200	2008	335	5,80	7,20	24,80	188,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Апельсин свежий	170	2011	338	1,53	0,34	13,77	73,10
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1255</b>			<b>48,18</b>	<b>42,71</b>	<b>185,37</b>	<b>1272,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,18</b>	<b>42,71</b>	<b>185,37</b>	<b>1272,60</b>

Дни	Б, г	Ж,г	У, г	Э.Ц., ккал
Всего за 1 день:	47,92	54,30	209,57	1469,96
Всего за 2 день:	46,25	43,70	192,26	1339,20
Всего за 3 день:	44,39	47,07	213,29	1443,72
Всего за 4 день:	43,52	48,08	219,28	1446,80
Всего за 5 день:	42,93	54,42	195,86	1348,20
Всего за 6 день:	44,48	44,21	213,81	1453,43
<b>ИТОГО:</b>	<b>269,49</b>	<b>291,78</b>	<b>1244,07</b>	<b>8501,31</b>
<b>В среднем за 1 день:</b>	<b>44,92</b>	<b>48,63</b>	<b>207,35</b>	<b>1416,89</b>
Всего за 7 день:	44,90	49,62	202,50	1412,34
Всего за 8 день:	42,87	45,04	207,13	1372,54
Всего за 9 день:	41,92	47,97	211,33	1363,90
Всего за 10 день:	46,85	52,62	198,24	1420,60
Всего за 11 день:	43,49	43,81	189,01	1326,50
Всего за 12 день:	48,18	42,71	185,37	1272,60
<b>ИТОГО:</b>	<b>268,21</b>	<b>281,77</b>	<b>1193,58</b>	<b>8168,48</b>
<b>В среднем за 1 день:</b>	<b>44,70</b>	<b>46,96</b>	<b>198,93</b>	<b>1361,41</b>
<b>В среднем за 12 дней:</b>	<b>44,81</b>	<b>47,80</b>	<b>203,14</b>	<b>1389,15</b>

\*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

\*ТТК - технико-технологическая карта

\*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях, Москва, Дели принт 2012 г

\*Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб 2008 под редакцией Куткиной М.Н.

\*Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга, 2012 г.

\* Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3-2.4.3590-20

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
1 день**

**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Огурец солёный порционно</b> Огурцы соленные Б - 0,8 г, Ж - 0,1 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,66 ккал
250/15/10	<b>Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной</b> Капуста квашеная, Лук репчатый, Морковь свежая, Крупа перловая, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 3,0 г, Ж - 4,53 г, У - 43,2 г, ЭЦ - 147,1 ккал
100	<b>Филе индейки по-строгановски</b> Филе индейки с/м, Масло сливочное, Сметана, Мука пшеничная, Лук репчатый, Томатная паста, Соль Б - 9,3 г, Ж - 13,5 г, У - 5,47 г, ЭЦ - 195,4 ккал
200/15	<b>Макаронные изделия с сыром</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Сыр, Соль Б - 15,8 г, Ж - 16,1 г, У - 37,5 г, ЭЦ - 358 С ккал
200	<b>Сок фруктовый (яблочный)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,0 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,06 г, ЭЦ - 135 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал
100	<b>Плюшка "Московская"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм Б - 8,62 г, Ж - 14,4 г, У - 61,65 г, ЭЦ - 329,8 ккал

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО «Комбинат питания НЕВА»  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
2 день**

2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из свежей капусты с огурцом</b> Капуста Белокочанная, Морковь, Огурец свежий, Масло растительное, Сахар, Кислота лимонная, Соль Б - 1,30 г, Ж - 5,33 г, У - 9,5 г, ЭЦ - 88,3 ккал
250/10/5	<b>Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной</b> Картофель, Свекла, Капуста белокочанная свежая, Говядина отварная, Лук репчатый, Морковь свежая, Томатная паста, Соль, Кислота лимонная, Сметана, Лавровый лист, Постройка свежая Б - 5,32 г, Ж - 7,1 г, У - 14,4 г, ЭЦ - 159,7 ккал
100	<b>Шницель рубленый мясной</b> Говядина, Семлина, Батон пшеничный, Сухари панировочные, Соль, Масло растительное Б - 12,9 г, Ж - 9,96 г, У - 9,41 г, ЭЦ - 153,8 ккал
200	<b>Рис отварной</b> Крупа рисовая, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 34,9 г, ЭЦ - 255,5 ккал
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,9 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон нарезной обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
170	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал
75	<b>Печенье</b> Б - 9,0 г, Ж - 7,5 г, У - 33,6 г, ЭЦ - 207,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
3 день**

2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
80/20	<b>Салат из свеклы с яйцом</b> Свекла, Яйцо варёное, Масло растительное, Соль Б - 4,51 г, Ж - 8,75 г, У - 4,5 г, ЭЦ - 120,0 ккал
250/15	<b>Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной</b> Картофель свежий, Макароны изделия, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Лавровый лист Б - 4,00 г, Ж - 2,90 г, У - 17,06 г, ЭЦ - 121 ккал
100	<b>Ватрушка рыбная запечённая (из горбуши)</b> Горбуша филе с/м, Батон пшеничный, Молоко, Морковь, Сыр, Масло сливочное, Яйцо, Мука пшеничная, Соль, Масло растительное Б - 10,88 г, Ж - 9,8 г, У - 10,5 г, ЭЦ - 108,62 ккал
200	<b>Картофель отварной</b> Картофель свежий, Масло сливочное, Соль Б - 3,8 г, Ж - 7,1 г, У - 30,4 г, ЭЦ - 201,6 ккал
200	<b>Компот из апельсинов</b> Апельсин свежий, Сахар-песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
150	<b>Груша свежая</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,45 г, У - 15,45 г, ЭЦ - 70,5 ккал
100	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,0 ккал
100	<b>Булочка "домашняя"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 10,8 г, У - 49,8 г, ЭЦ - 300,6 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
4 день**

**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из квашеной капусты</b> Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахар Б - 1,6 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал
250/10	<b>Суп картофельный с горохом и гречками</b> Картофель свежий, Горох лущеный, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0 г, Ж - 4,85 г, У - 20,15 г, ЭЦ - 104 ккал
100	<b>Бефстроганов из отварной говядины в сметанном соусе</b> Говядина с/м, Морковь, Сметана, Мука пшеничная, Молоко, Масло растительное, Соль Б - 10,50 г, Ж - 11,11 г, У - 4,20 г, ЭЦ - 189 ккал
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8 г, Ж - 7,4 г, У - 42,8 г, ЭЦ - 274,0 ккал
200	<b>Сок фруктовый (персиковый)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 76 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,60 г, ЭЦ - 136 ккал
150	<b>Мандарин свежий</b> Б - 1,2 г, Ж - 0,15 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 57,0 ккал
100	<b>Плюшка "Московская"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Масло сливочное, Молоко, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль, Изюм Б - 8,82 г, Ж - 14,4 г, У - 61,65 г, ЭЦ - 329,8 ккал

Главный технолог

Зав. производств

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)**  
**5 день**  
**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Винегрет овощной</b> Свекла свежая, Картофель свежий, Морковь свежая, Огурцы соленые, Капуста квашеная, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 1,33 г, Ж - 8,2 г, У - 6,66 г, ЭЦ - 123,3 ккал
25010/5	<b>Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной</b> Картофель свежий, Огурцы соленые, Крупа перловая, Лук репчатый, Морковь свежая, Масло растительное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 4,7 г, Ж - 7,0 г, У - 26,3 г, ЭЦ - 170,8 ккал
300	<b>Голубцы ленивые</b> Говядина лопатка с/м, Свинина окорок с/м, Капуста белокачанная свежая, Крупа рисовая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль Б - 21,6 г, Ж - 18,75 г, У - 26,92 г, ЭЦ - 361,7 ккал
200	<b>Кисель из плодов шиповника</b> Плоды шиповника сушёные, Крахмал картофельный, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,1 г, У - 26,2 г, ЭЦ - 108,4 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,8 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал
75	<b>Сдоба обыкновенная</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 5,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,0 г, ЭЦ - 240,0 ккал

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



**МЕНЮ (Льготное)  
6 день**

\_\_\_\_\_ 2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из свежей моркови с яблоком</b> Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло растительное Б - 0,85 г, Ж - 0,1 г, У - 7,85 г, ЭЦ - 83,33 ккал
250/15/10	<b>Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной</b> Капуста квашеная, Картофель свежий, Морковь свежая, Лук репчатый, Томатная паста, Масло сливочное, Соль, Сметана, Курица отварная, Лавровый лист, Петрушка свежая Б - 6,1 г, Ж - 8,3 г, У - 22,0 г, ЭЦ - 187,1 ккал
100/40	<b>Печень, тушёная в соусе</b> Печень говяжья с/м, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль Б - 13,5 г, Ж - 10,9 г, У - 17,0 г, ЭЦ - 271,5 ккал
200	<b>Пюре картофельное</b> Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 5,8 г, Ж - 7,2 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 188,0 ккал
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 20,8 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,06 г, ЭЦ - 136 ккал
170	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал
100	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,0 ккал
60	<b>Пряник</b> Б - 3,6 г, Ж - 1,8 г, У - 46,8 г, ЭЦ - 201,6 ккал

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
7 день**

\_\_\_\_\_ 2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Огурец соленый порционно</b> Огурцы соленые Б - 0,9 г, Ж - 0,1 г, У - 2,0 г, ЭЦ - 11,66 ккал
250/10	<b>Суп картофельный с горохом и гречками</b> Картофель свежий, Горох лущеный, Морковь свежая, Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Батон нарезной обогащенный Б - 7,0 г, Ж - 4,95 г, У - 20,15 г, ЭЦ - 164 ккал
100	<b>Котлета рубленая из филе куриного</b> Филе куриное см, Батон нарезной обогащенный, Масло сливочное, Сахар панировочный, Масло растительное, Соль Б - 12,1 г, Ж - 14,2 г, У - 9,67 г, ЭЦ - 215,66 ккал
200	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> Крупа гречневая ядрица, Масло сливочное, Соль Б - 4,8 г, Ж - 7,4 г, У - 42,8 г, ЭЦ - 274,0 ккал
200	<b>Сок фруктовый (персиковый)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 15 г, ЭЦ - 78 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,9 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 130 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,08 г, ЭЦ - 130 ккал
100	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в инд.упаковке</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87,9 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал
75	<b>Сдоба обыкновенная</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 5,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 240,2 ккал

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
8 день**

2024 г.

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из свежей капусты</b> 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
250/30	<b>Уха "Невская" с горбушей</b> Филе горбуши с/м, Картофель, Лук репчатый, Соль, Масло сливочное, Мука пшеничная, Молоко, Лавровый лист, Зелень Б - 6,94 г, Ж - 2,85 г, У - 16,12 г, ЭЦ - 118,3 ккал
300	<b>Плов с куриным филе</b> 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	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,8 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,8 г, ЭЦ - 138 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,98 г, ЭЦ - 136 ккал
170	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал
100	<b>Булочка "домашняя"</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 19,8 г, У - 49,8 г, ЭЦ - 309,6 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



**МЕНЮ (Льготное)  
9 день**

2024 г.

Выход, г	<b>Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год</b>
100	<b>Салат из свеклы отварной с маслом растительным</b> Свекла, Масло растительное, Соль Б - 4,1 г, Ж - 6,91 г, У - 6 г, ЭЦ - 90,6 ккал
250/15/10	<b>Суп из овощей с курицей отварной и сметаной</b> Картофель свежий, Капуста белокачанная свежая, Морковь свежая, Горошек зеленый консерв., Лук репчатый, Масло сливочное, Соль, Курица отварная, Сметана, Лавровый лист Б - 5,1 г, Ж - 6,0 г, У - 10,9 г, ЭЦ - 112,1 ккал
100/40	<b>Печень по-строгановски</b> Печень говяжья см, Масло растительное, Лук репчатый, Томатная паста, Сметана, Мука пшеничная, Соль Б - 12,22 г, Ж - 17,74 г, У - 16,0 г, ЭЦ - 281,4 ккал
200	<b>Рис отварной</b> Рис пропаренный, Масло сливочное, Соль Б - 7,2 г, Ж - 8,4 г, У - 34,9 г, ЭЦ - 255,5 ккал
200	<b>Компот из апельсинов</b> Апельсин свежий, Сахар песок Б - 0,5 г, Ж - 0,1 г, У - 24,1 г, ЭЦ - 95,2 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 20,8 г, ЭЦ - 108 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,55 г, ЭЦ - 108 ккал
150	<b>Груша свежая</b> Б - 0,8 г, Ж - 0,45 г, У - 15,45 г, ЭЦ - 70,5 ккал
60	<b>Пряник</b> Б - 3,8 г, Ж - 1,8 г, У - 46,8 г, ЭЦ - 201,6 ккал

Главный технолог

Зав. производством



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



**МЕНЮ (Льготное)  
10 день**

**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
40/60	<b>Яйцо с гарниром</b> 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	<b>Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной</b> 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 - 6,05 г, Ж - 7,2 г, У - 15,06 г, ЭЦ - 170,0 ккал
100/40	<b>Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом</b> Говядина с/м, Свинина с/м, Батон нарезной обогащенный, Молоко, Лук репчатый, Масло растительное, Сметана, Мука пшеничная, Томатная паста, Соль Б - 8,3 г, Ж - 12,9 г, У - 12,53 г, ЭЦ - 200,4 ккал
200	<b>Макаронные изделия отварные</b> Макаронные изделия, Масло сливочное, Соль Б - 6,5 г, Ж - 6,4 г, У - 39,5 г, ЭЦ - 254,4 ккал
200	<b>Сок фруктовый (яблочный)</b> Б - 1 г, Ж - 0,2 г, У - 19,17 г, ЭЦ - 90 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,9 г, Ж - 2,55 г, У - 37,6 г, ЭЦ - 133 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,95 г, ЭЦ - 136 ккал
150	<b>Мандарин свежий</b> Б - 1,2 г, Ж - 0,15 г, У - 11,2 г, ЭЦ - 57,0 ккал
75	<b>Сдоба обыкновенная</b> Мука пшеничная в/с, Сахар-песок, Молоко, Масло сливочное, Яйцо куриное, Дрожжи сухие, Масло растительное, Соль Б - 5,7 г, Ж - 14,9 г, У - 37,2 г, ЭЦ - 246,0 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
11 день**

**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат из квашеной капусты</b> Капуста квашеная, Лук репчатый, Сахар-песок, Масло растительное Б - 1,8 г, Ж - 5,1 г, У - 7,7 г, ЭЦ - 83,0 ккал
250/20	<b>Бульон куриный с вермишелью и яйцом</b> Курица отварная, Макароны изделия, Морковь, Лук репчатый, Масло сливочное, Петрушка, Лавровый лист, Яйцо куриное, Соль Б - 3,62 г, Ж - 4,07 г, У - 18,62 г, ЭЦ - 132,5 ккал
300	<b>Жаркое по-домашнему со свиной</b> 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 - 467,2 ккал
200	<b>Компот из смеси сухофруктов</b> Смесь сухофруктов компотная, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,6 г, Ж - 0,1 г, У - 23,5 г, ЭЦ - 97,2 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 136 ккал
50	<b>Батон обогащенный микронутриентами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал
35	<b>Зефир витаминизированный</b> Б - 0,63 г, Ж - 0,1 г, У - 23,2 г, ЭЦ - 101,6 ккал
150	<b>Яблоко свежее</b> Б - 0,6 г, Ж - 0,6 г, У - 14,0 г, ЭЦ - 64,0 ккал
100	<b>Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%</b> Б - 4,1 г, Ж - 2,5 г, У - 4,9 г, ЭЦ - 87 ккал

Главный технолог

Зав. производством

СОГЛАСОВАНО  
Директор школы №  
Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО  
Генеральный директор  
АО "Комбинат питания НЕВА"  
Филиппов С.Н.

**МЕНЮ (Льготное)  
12 день**

**2024 г.**

Выход, г	Обед обучающихся в 5-11 классах на 2024 год
100	<b>Салат "Витаминный"</b> Капуста белокочанная свежая, Морковь свежая, Яблоки свежие, Масло растительное, Сахар-песок, Кислота лимонная, Соль 1,2 г, Ж - 5,2 г, У - 9,5 г, ЭЦ - 90,9 ккал
250/10	<b>Суп-пюре из разных овощей с гренками</b> Капуста белокочанная свежая, Картофель свежий, Горошек зелёный консервированный, Морковь свежая, Лук репчатый, Молоко, Масло сливочное, Мука пшеничная, Соль, Батон нарезной обогащенный, Лавровый лист Б - 7,75 г, Ж - 12,6 г, У - 12,52 г, ЭЦ - 210,2 ккал
100/40	<b>Котлета рыбная "любительская" с соусом томатным</b> Филе минтая, Морковь свежая, Лук репчатый, Батон пшеничный, Яйцо, Молоко, Мука пшеничная, Томатная паста, Масло сливочное, Масло растительное, Соль, Сахар Б - 13,9 г, Ж - 4,8 г, У - 14,5 г, ЭЦ - 142,5 ккал
200	<b>Пюре картофельное</b> Картофель свежий, Молоко, Масло сливочное, Соль Б - 5,8 г, Ж - 7,2 г, У - 24,8 г, ЭЦ - 166,0 ккал
200	<b>Компот из свежих яблок</b> Яблоки свежие, Сахар-песок, Кислота лимонная Б - 0,2 г, Ж - 0,2 г, У - 20,1 г, ЭЦ - 87,6 ккал
60	<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами</b> Б - 4,8 г, Ж - 2,55 г, У - 30,6 г, ЭЦ - 130 ккал
50	<b>Батон обогащенный микроэлементами</b> Б - 4 г, Ж - 2,32 г, У - 25,96 г, ЭЦ - 136 ккал
170	<b>Апельсин свежий</b> Б - 1,53 г, Ж - 0,34 г, У - 13,77 г, ЭЦ - 73,1 ккал
75	<b>Печенье</b> Б - 9,0 г, Ж - 7,5 г, У - 33,6 г, ЭЦ - 207 ккал

Главный технолог \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_