

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 1



## АО КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## М Е Н Ю

11 день «13» октября 2023 года

## Льготное питание учащихся 1-4 классы

## ЗАВТРАК (96,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша "Дружба" с маслом сливочным	150	4,65	7,50	20,10	166,50
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за завтрак</b>		<b>9,75</b>	<b>14,56</b>	<b>87,80</b>	<b>521,24</b>

## ОБЕД (145,30 руб.)

Салат витаминный (1-й вариант)	60	0,72	3,12	5,70	53,76
Суп картофельный с крупой	200	2,96	2,24	15,68	94,72
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью говяжьей)	250	20,20	19,80	44,60	437,40
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	130,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>30,58</b>	<b>28,06</b>	<b>136,68</b>	<b>921,58</b>
<b>Итого за 11 день</b>		<b>40,33</b>	<b>42,62</b>	<b>224,48</b>	<b>1 442,82</b>

## Льготное питание учащихся 5-11 классы

## ОБЕД (284,70 руб.)

Салат витаминный (1-й вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с крупой и говядиной	250/15	7,45	6,82	19,60	169,58
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью говяжьей)	300	24,23	23,75	53,51	524,71
Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	130,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за обед 11 день</b>		<b>41,43</b>	<b>39,52</b>	<b>172,91</b>	<b>1 213,04</b>

Куратор \_\_\_\_\_

А.В. Козлева

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.Н. Мелехина

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 1



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**М Е Н Ю**

**10 день «12» октября 2023 года**

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ**  
**ЗАВТРАК (96,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	150	14,45	23,85	2,73	283,37
Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	133,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,03	23,41
<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,38</b>	<b>32,14</b>	<b>52,96</b>	<b>598,62</b>

**ОБЕД (145,30 руб.)**

Икра свекольная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с фасолью	200	5,12	3,60	14,88	112,40
Биточки с луком запеченные	90	14,13	20,25	11,88	286,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,60
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>32,23</b>	<b>36,31</b>	<b>125,96</b>	<b>959,55</b>
<b>Итого за 10 день</b>		<b>56,61</b>	<b>68,45</b>	<b>178,92</b>	<b>1 558,17</b>

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ**  
**ОБЕД (284,70 руб.)**

Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью и говядиной	250/15	10,15	8,52	18,60	191,68
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,13	50,25	275,37
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,03	23,41
<b>Итого за обед 10 день</b>		<b>43,53</b>	<b>48,93</b>	<b>160,88</b>	<b>1 258,01</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В. Козлова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.Л. Мелехина

# М Е Н Ю

9 день «11» октября 2023 года

## ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ ЗАВТРАК (96,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	3,77	6,09	20,90	153,49
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за завтрак</b>		<b>8,77</b>	<b>17,35</b>	<b>73,60</b>	<b>485,63</b>

## ОБЕД (145,30 руб.)

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,23	5,76	67,67
Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной	200/5	2,48	4,48	6,40	75,84
Рыба тушеная в томате с овощами	90/50	15,26	6,72	5,74	144,48
Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	147,90
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
<b>Итого за обед</b>		<b>32,78</b>	<b>25,73</b>	<b>109,70</b>	<b>801,49</b>
<b>Итого за 9 день</b>		<b>41,55</b>	<b>43,08</b>	<b>183,30</b>	<b>1 287,12</b>

## ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ

## ОБЕД (284,70 руб.)

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,06	9,60	112,90
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/15/10	6,85	9,62	8,00	145,98
Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	16,35	7,20	6,15	154,80
Картофель отварной	200	3,87	6,27	31,30	197,11
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за обед 9 день</b>		<b>42,16</b>	<b>36,70</b>	<b>142,45</b>	<b>1 068,74</b>

Куратор \_\_\_\_\_

А.В. Козлова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Т.П. Мелехина

М Е Н Ю

8-й день « 10 » октября 2023 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ  
ЗАВТРАК (96,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Пудинг из творога (запеченный) с соусом абрикосовым	170	20,40	15,42	29,17	337,06
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,90
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,50</b>	<b>21,11</b>	<b>84,50</b>	<b>625,99</b>
<b>ОБЕД (145,30 руб.)</b>					
Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,74
Суп из овощей со сметаной	200/5	2,40	3,36	8,16	72,48
Зразы рубленые из кур с омлетом	90	12,87	13,68	8,69	209,36
Рагу овощное	150	3,40	6,70	13,10	126,30
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>26,61</b>	<b>32,80</b>	<b>90,91</b>	<b>765,28</b>
<b>Итого за 8 день</b>		<b>51,11</b>	<b>53,91</b>	<b>175,41</b>	<b>1 391,27</b>

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ  
ОБЕД (284,70 руб.)

Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	122,90
Суп из овощей с говядиной и сметаной	250/15/10	6,75	8,22	10,20	141,78
Зразы рубленые из кур с омлетом	100	14,30	15,20	9,66	232,64
Рагу овощное	200	4,52	8,93	17,47	168,33
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за обед 8 день</b>		<b>36,12</b>	<b>46,13</b>	<b>115,36</b>	<b>1 021,09</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_ И.П. Мелехина

# М Е Н Ю

7 день « 9 » октября 2023 года

## Льготное питание учащихся 1-4 классы Завтрак (96,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150	5,41	6,67	23,61	176,11
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Печенье обогащенное	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за завтрак</b>		<b>14,01</b>	<b>14,73</b>	<b>84,21</b>	<b>525,45</b>

## ОБЕД (145,30 руб.)

Салат из квашенной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Борщ сибирский со сметаной	200/5	6,80	5,76	8,64	113,60
Плов из филе птицы	250	13,79	12,70	45,50	351,46
Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	34,00	138,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>28,09</b>	<b>24,42</b>	<b>131,76</b>	<b>859,18</b>
<b>Итого за 7 день</b>		<b>42,10</b>	<b>39,15</b>	<b>215,97</b>	<b>1 384,63</b>

## Льготное питание учащихся 5-11 классы ОБЕД (284,70 руб.)

Салат из квашенной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Борщ сибирский с говядиной и сметаной	250/15/10	12,25	11,22	10,80	193,18
Плов из филе птицы	300	16,55	15,25	54,60	421,85
Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	34,00	138,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Печенье обогащенное	40	3,00	4,00	29,80	167,20
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
<b>Итого за обед 7 день</b>		<b>41,75</b>	<b>39,32</b>	<b>195,50</b>	<b>1 302,88</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В. Козлова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.П. Мелехина



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**М Е Н Ю**

5 день « 6 » октября 2023 года

**Льготное питание учащихся 1-4 классы**  
**ЗАВТРАК (96,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	4,93	7,26	18,28	158,18
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Вафли обогащенные	20	0,60	0,70	15,50	70,70
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за завтрак</b>		<b>10,63</b>	<b>15,12</b>	<b>100,98</b>	<b>582,52</b>

**ОБЕД (145,30 руб.)**

Салат картофельный с солеными огурцами, маслом растительным	60	0,80	4,74	5,10	66,26
Суп крестьянский с крупой	200	2,64	4,02	9,92	86,42
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	90/50	13,44	9,52	15,30	200,64
Пюре картофельное	150	3,09	5,40	20,30	142,16
Компот из изюма	200	0,50	0,10	28,10	115,30
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
<b>Итого за обед</b>		<b>30,27</b>	<b>29,08</b>	<b>122,62</b>	<b>873,28</b>
<b>Итого за 5 день</b>		<b>40,90</b>	<b>44,20</b>	<b>223,60</b>	<b>1 455,80</b>

**Льготное питание учащихся 5-11 классы**  
**ОБЕД (284,70 руб.)**

Салат картофельный с солеными огурцами, маслом растительным	100	1,33	7,90	8,50	110,42
Суп крестьянский с крупой и говядиной	250/15	7,05	9,05	12,40	159,25
Тефтели рыбные, соус сметанный с томатом	100/50	14,40	10,20	16,40	215,00
Пюре картофельное	200	4,13	7,20	27,07	189,60
Компот из изюма	200	0,50	0,10	28,10	115,30
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Вафли обогащенные	40	1,20	1,40	31,00	141,40
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за обед 5 день</b>		<b>40,26</b>	<b>42,10</b>	<b>188,47</b>	<b>1 285,82</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

А.В. Казанова

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.П. Мелехина





**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**М Е Н Ю**

**4 день « 5 » октября 2023 года**

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ**  
**ЗАВТРАК (96,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет с сыром	150	17,37	27,00	2,49	322,44
Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,90
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за завтрак</b>		<b>24,77</b>	<b>32,89</b>	<b>43,22</b>	<b>567,97</b>

**ОБЕД (145,30 руб.)**

Икра морковная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	6,00	3,68	21,20	141,92
Фрикадельки из птицы, соус молочный	90/50	13,06	9,70	14,56	197,78
Рис отварной	150	3,69	6,30	32,80	202,66
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>32,13</b>	<b>27,54</b>	<b>130,06</b>	<b>896,62</b>
<b>Итого за 4 день</b>		<b>56,90</b>	<b>60,43</b>	<b>173,28</b>	<b>1 464,59</b>

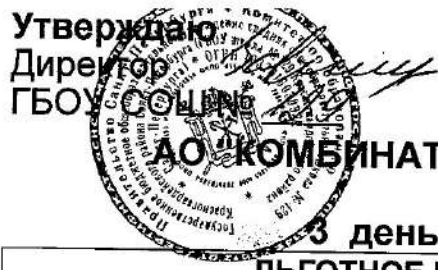
**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ**  
**ОБЕД (284,70 руб.)**

Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с горохом говядиной и гречками	250/15/10	11,25	8,62	26,50	228,58
Фрикадельки из птицы, соус молочный	100/50	14,00	10,40	15,60	212,00
Рис отварной	200	4,92	8,40	43,70	270,08
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Апельсин свежий	100	0,60	0,13	5,13	24,09
<b>Итого за обед 4 день</b>		<b>43,12</b>	<b>39,20</b>	<b>164,73</b>	<b>1 184,20</b>

Куратор \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.П. Мелехина



АО КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"  
М Е Н Ю

3 день « 4 » октября 2023 года

Льготное питание учащихся 1-4 классы  
Завтрак (96,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,42	6,20	24,00	173,48
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого за завтрак		10,42	17,36	77,20	506,72

Обед (145,30 руб.)

Винегрет овощной с сельдью с/с	80	4,24	7,76	4,00	102,80
Суп с макаронными изделиями и картофелем	200	3,12	2,24	15,20	93,44
Печень говяжья, тушеная в соусе сметанном с томатом и луком	90/50	25,01	16,05	16,60	310,89
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,69	206,56
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	103,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Итого за обед		45,97	35,95	143,09	1 079,79
Итого за 3 день		56,39	53,31	220,29	1 586,51

Льготное питание учащихся 5-11 классы  
Обед (284,70 руб.)

Винегрет овощной с сельдью с/с	120	6,36	11,64	6,00	154,20
Суп с макаронными изделиями, картофелем и говядиной	250/15	7,65	6,82	19,00	167,98
Печень говяжья, тушеная в соусе сметанном с томатом и луком	100/100	26,80	17,20	17,80	333,20
Каша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,13	50,25	275,37
Напиток лимонный	200	0,20	0,00	25,70	103,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Йогурт в индивидуальной упаковке, мдж 2,5%	1/100	3,70	2,50	4,90	56,90
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого за обед		57,46	47,94	182,25	1 390,30

Куратор \_\_\_\_\_  
А.В. Козлова

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Л.Д. Мелехина



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 1



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**М Е Н Ю**

**2 день « 3 » октября 2023 года**

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ**  
**ЗАВТРАК (96,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Запеканка из творога с соусом абрикосовым	170	25,72	13,09	39,12	377,17
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,06	23,53
<b>Итого за завтрак</b>		<b>29,65</b>	<b>18,78</b>	<b>94,18</b>	<b>664,34</b>

**ОБЕД (145,30 руб.)**

Салат овощной с яблоками, яйцом вареным	80	2,54	4,91	4,84	73,71
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2,56	4,48	9,68	89,28
Рыба (филе трески) запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной)	250	17,79	17,64	24,85	329,32
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>29,99</b>	<b>30,03</b>	<b>96,37</b>	<b>775,71</b>
<b>Итого за 2 день</b>		<b>59,64</b>	<b>48,81</b>	<b>190,55</b>	<b>1 440,05</b>

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ**  
**ОБЕД (284,70 руб.)**

Салат овощной с яблоками, яйцом вареным	120	3,82	7,37	7,26	110,65
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/15/10	6,95	9,62	12,10	162,78
Рыба (филе трески) запеченная в сметанном соусе (гарнир-картофель отварной)	300	21,35	21,17	29,82	395,21
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Мандарин свежий	100	0,53	0,13	5,06	23,53
<b>Итого за обед 2 день</b>		<b>41,20</b>	<b>41,84</b>	<b>120,54</b>	<b>1 023,52</b>

Куратор



Зав. производством

Калькулятор

И.П. Мелехина

Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ № 1

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**М Е Н Ю**

1 день « 2 » октября 2023 года

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 1-4 КЛАССЫ**  
**ЗАВТРАК (96,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге- тическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	5,42	6,67	23,61	176,15
Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	133,30
Батон обогащенный микронутриентами	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Печенье обогащенное	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за завтрак</b>		<b>16,72</b>	<b>17,23</b>	<b>93,51</b>	<b>595,99</b>

**ОБЕД (145,30 руб.)**

*Салат из квашеной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,40	4,64	13,76	106,40
Шницель рубленый из говядины запеченный	90	13,52	14,41	11,72	230,65
Макаронные изделия отварные	150	5,50	4,80	31,30	190,40
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,90	1,10	18,60	95,90
<b>Итого за обед</b>		<b>29,12</b>	<b>30,01</b>	<b>124,80</b>	<b>885,77</b>
<b>Итого за 1 день</b>		<b>45,84</b>	<b>47,24</b>	<b>218,31</b>	<b>1 481,76</b>

**ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ УЧАЩИХСЯ 5-11 КЛАССЫ**

**ОБЕД (284,70 руб.)**

*Салат из квашеной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Рассольник ленинградский со сметаной	250/15/10	6,75	9,82	17,20	184,18
Шницель рубленый из говядины запеченный	100	15,02	16,02	13,03	256,38
Макаронные изделия отварные	200	7,33	6,40	41,73	253,84
Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный микронутриентами	60	4,35	1,65	27,90	143,85
Печенье обогащенное	20	3,00	4,00	29,80	167,20
Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
<b>Итого за обед 1 день</b>		<b>42,25</b>	<b>45,39</b>	<b>191,96</b>	<b>1 345,35</b>

Куратор \_\_\_\_\_

зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Д. П. Мелехина