

Утверждаю
Директор
ГБОУ Школа № 499



А.В. Куров

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

7 день « 16 » января 2023 года

**Льготное питание учащихся с 5-11 классы
ЗАВТРАК (113,90 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	200	7,22	8,90	31,48	234,90
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	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Итого за завтрак		15,82	16,96	92,08	584,24
ОБЕД (170,80 руб.)					
Салат из квашенной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Борщ сибирский со сметаной	250/5	8,50	7,20	10,80	142,00
Плов из филе птицы	280	15,45	14,23	51,00	393,87
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
Итого за обед		33,50	29,98	151,80	1 011,02
Итого за 7 день		49,32	46,94	243,88	1 595,26



Директор _____

Зав. производством _____

Белл

Калькулятор _____

Вас

Утверждаю
Директор
ГБОУ Школа № 499



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

8 день « 14 » января 2023 года

**Льготное питание учащихся с 5-11 классы
ЗАВТРАК (113,90 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	200	24,00	18,15	38,90	414,95
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
Итого за завтрак		28,10	23,84	94,23	703,88
ОБЕД (170,80 руб.)					
Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	122,90
Суп из овощей со сметаной	250/5	3,00	4,20	10,20	90,60
Зразы рубленые из кур с омлетом	100	14,30	15,20	9,66	232,64
Рагу овощное	180	4,07	8,04	15,72	151,52
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
Итого за обед		31,32	41,09	108,48	929,01
Итого за 8 день		59,42	64,93	202,71	1 632,89



Директор

Зав. производством

Беш

Калькулятор

Ван

Утверждаю

Директор

ГБОУ Школа № 499

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

9 день « 18 » января 2023 года

Льготное питание учащихся с 5-11 классы
Завтрак (113,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с маслом	10/15	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	5,03	8,13	27,87	204,77
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
Итого за завтрак		10,03	19,39	80,57	536,91

Обед (170,80 руб.)

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,06	9,60	112,90
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5	3,10	5,60	8,00	94,80
Рыба тушеная в томате с овощами	100/50	16,35	7,20	6,15	154,80
Картофель отварной	180	3,48	5,64	28,20	177,48
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
Итого за обед		37,62	31,65	129,55	953,53

Итого за 9 день 47,65 51,04 210,12 1 490,44

Директор

Зав. производством

Калькулятор



Бел *Вас*

Утверждаю
Директор
ГБОУ Школа № 799



Д.В. Стулов

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"
МЕНЮ**

10 день « 19 » января 2023 года

**Льготное питание учащихся с 5-11 классы
ЗАВТРАК (113,90 руб.)**

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с сыром	15/15	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	200	19,27	31,81	3,64	377,93
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
Итого за завтрак		29,20	40,10	53,87	693,18

ОБЕД (170,80 руб.)

Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью	250	6,40	4,50	18,60	140,50
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	180	4,32	5,52	45,23	247,88
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
		38,77	44,17	150,83	1 155,93
Итого за 10 день		67,97	84,27	204,70	1 849,11



Директор

Зав. производством

Бел

Калькулятор

Вас

Утверждаю

Директор

ГБОУ Школа № 499



Handwritten signature in blue ink.

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

11 день «20» января 2023 года

Льготное питание учащихся с 5-11 классы ЗАВТРАК (113,90 руб.)

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бутерброд с джемом	20/15	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша "Дружба" с маслом сливочным	200	6,20	10,00	26,80	222,00
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		11,30	17,06	94,50	576,74
ОБЕД (170,80 руб.)					
Салат витаминный (1-й вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с крупой	250	3,70	2,80	19,60	118,40
Запеканка картофельная с субпродуктами (печенью говяжьей)	280	22,62	22,17	49,95	489,81
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
Итого за обед		35,67	33,62	159,05	1 081,46
Итого за 11 день		46,97	50,68	253,55	1 658,20

Директор _____ Зав. производством _____

Беч Калькулятор _____

Вас

