

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

20 Февраля 2023 года

1 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов
ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энер- гетиче- ская ценность
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	4	80
КАША ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.4	8.7	6	170
КАКАО С МОЛОКОМ	200	5.6	4.8	6	130
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	1.2	3	70
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	20	1.5	1.2	2	50
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0.4	3.4	6	50

Обед

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле- воды (г)	Энер- гетиче- ская ценность
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0.9	3.2	6	40
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.4	4.1	6	100
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	13.5	14.4	7	230
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	3	100
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	3.2	4	100
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.2	4	100
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.5	1.2	6	70

Зам. дир-ра столовой №3
В.В. Трубакова



Зав. пр-вом

Handwritten signature

Кальнуцкий
Н.И. Васильев

Handwritten signature

Large handwritten signature

Handwritten signature

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

21 Февраля 2023 года
2 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/15	1.2	4.3	22	131.5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ АБРИКОСОВЫМ	150/20	25.8	13.1	51.5	427.1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15	61.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	1.2	13	70.4
МАНДАРИН	100	0.5	0.1	5.1	23.5

ОБЕД

Наименование	Выход продукт (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ОВОЩНОЙ с ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ.	60/20	2.5	4.9	4.8	73.7
БОРЩ СВ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ, ГОВЯДИНОЙ РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫМ	200/5	2.6	4.5	9.7	89.3
СОК ФРУКТОВЫЙ	250	17.8	17.6	24.9	329.3
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1	0.2	18	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.5	1.1	18.6	94.3



Зам. дир.
столов. № 3

Зав. пр.
Трубакова

Вас

Бух-р

Вас

Директор *[Signature]* А. В. Куров

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

22 Февраля 2023 года

3 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	10/15	1.1	8.4	7.5	110
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	5.4	6.2	24	173.5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2	1.2	13	70.4
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.4	0.3	10.3	45.5

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ.	60/20	4.2	7.8	4	102.8
СУП КАРТОФ С МАКАРОН ИЗД.	200	3.1	2.2	15.2	93.4
ПЕЧЕНЬ ТУШЕН СОУС СМЕТАН.	90/50	25	16.1	16.6	310.9
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ.	200	0.2	0	25.7	103.6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.5	1.1	18.6	94.3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	100	3.7	2.5	4.9	56.9

Зам. дир. -
столов. № 3 В. В. Трубакова



Зав. пр. *Вит* - Калькулятор *Вас*

Директор



А. В. Луков