

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

15 Апреля 2024 года

1 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов

Завтрак --117руб.60коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С СЫРОМ . . . . .	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1
КАША ПШЕННАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ. . . . .	200	7.2	8.9	31.5	234.9
КАКАО С МОЛОКОМ . . . . .	200	5.6	4.9	24.8	165.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	25	2	1.2	13	70.4
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ . . . . .	20	1.5	2	14.9	83.6
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4

Обед --176руб.40коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ . . . . .	100	1.5	5.1	7.7	82.7
РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ. . . . .	250/5	3	5.8	17.2	133
ШНИЦЕЛЬ РУБЛ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ . . . . .	100	15	16	13	256.4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ . . . . .	180	6.6	5.8	37.6	228.5
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА. . . . .	200	0.7	0.3	24.4	103.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	60	4.4	1.7	27.9	143.9



Дир. *Стажкова*

Зав. пр-вом *Бент*

Калькулятор  
Н. И. Васильева

*Вас*

*Игорь*



*А.В. Жуков*

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

16 Апреля 2024 года  
2 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК --117руб.60коп

Наименование	Выход продук (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 . . . . .	170/30	30.4	15.4	64.6	518.8
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 --176руб.40коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ. . . . .	80/20	3.2	6.1	6.1	92.2
БОРЩ СВ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ . . . . .	250/5	3.2	5.6	12.1	111.6
РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	280	19.9	19.8	27.8	368.9
СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .	200	1	0.2	18	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ. . . . .	60	4.4	1.7	27.9	143.9

Дир-р  
столовая № 3 С.С. Сташкова



Зав.пр Бент Бух-р Вас'

*Директор*



*А.В. Суков*

утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

17 Апреля 2024 года

3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК --117руб.60коп

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. . . . .	200	7.2	8.3	32	231.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	25	2	1.2	13	70.4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4

ОБЕД --176руб.40коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ. . . . .	80/20	6.4	17.8	10.3	226.8
СУП КАРТОФ С МАКАРОН ИЗД. . . . .	250	3.9	2.8	19	116.8
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ . . . . .	100/50	26.8	17.2	17.8	333.2
ГРЕЧА ОТВАРНАЯ. . . . .	180	4.3	5.5	45.2	247.9
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ. . . . .	200	0.2	0	25.7	103.6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ . . . . .	100	3.7	2.5	4.9	56.9

Дир-р  
столов. № 3 С.С. Сташкова



Зав. пр.

*Ваша*

Калькулятор

*Bas'*

*Супермаркет* *АВ Ступов*



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

18 Апреля 2024 года  
4 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов

ЗАВТРАК --117руб.60коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С СЫРОМ . . . . .	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1
ОМЛЕТ С СЫРОМ . . . . .	200	23.2	36	3.3	430
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . . . .	200/7	0.3	0	15.2	62.1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	25	2	1.2	13	70.4
МАНДАРИНЫ . . . . .	100	2	1.7	9.9	62.9

ОБЕД --176руб.40коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ИКРА МОРКОВНАЯ. . . . .	100	3.8	8.1	7.5	118.1
СУП КАРТОФ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ . . . . .	250/10	7.5	4.6	26.5	177.4
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ	100/50	14	10.4	15.6	212
РИС ОТВАРНОЙ . . . . .	180	4.4	7.6	39.4	243.2
СОК ФРУКТОВЫЙ . . . . .	200	1	0.2	18	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	60	4.4	1.7	27.9	143.9

Дир-р  
столов. № 3  
С. Ю. Сташкова



Зав. пр. *Сид* Калькулятор  
Н. И. Васильева *Вас*

*Директор*  *А. В. Хрущев*

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ №

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

19 Апреля 2024 года  
5 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов


ЗАВТРАК --117руб.60коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ . . . . .	20/15	1.2	4.3	22	131.5
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ . . . . .	200	6.6	9.7	24.4	211
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	25	2.0	1.2	13	70.4
ВАФЛИ . . . . .	20	0.6	0.7	15.5	70.7
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4

ОБЕД --176руб.40коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ . . . . .	100	1.3	7.9	8.5	110.4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ . . . . .	250	3.3	5	12.4	108.1
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ . . . . .	100/50	14.4	10.2	16.4	215
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ . . . . .	180	3.7	6.5	24.4	170.8
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .	200	0.5	0.1	28.1	115.3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ . . . . .	100	3.7	2.5	4.9	56.9

Дир-р  Зав. пр.  
столов. № 3 С.С. Сташкова

Бух-р   
Н.И. Васильева

