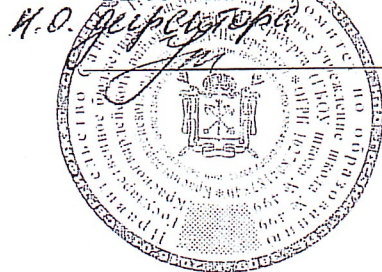


Утверждаю

Директор

ГБОУ СОШ №



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

12 Мая 2026 года

7 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22	131.5
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	19.2	14.5	27.4	317.1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.09

Итого

23.3 20.2 82.7 606.1

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.1	4.0	73.74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ . .	210	2.3	3.3	8.0	70.79
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ . . .	90	12.9	13.7	8.7	209.4
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.7	13.1	126.3
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9

Итого

26.5 32.8 90.8 763.6

Всего

49.8 53.0 173. 1369.

Дир-р

столов. № 3 С.С. Сташкова

Зав.пр.

Белл

Бух-р

Н.И. Васильева



и.о. директора



Ухова Т.Е.

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ №
и.р. директор

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

14 Мая 2026 года
9 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал—
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.6	4.9	7.7	93.3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15.3	19.2	2.7	245.1
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ_	25	2.0	1.2	13	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.5

25.3 27.9 53.3 565.6

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры_ (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал—
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.9
СУП КАРТОФ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ.	205	5.1	3.6	14.9	112.4
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ.	90	14.1	20.3	11.9	286.3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	150	3.6	4.6	37.7	206.6
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0.6	0.4	32.6	136.4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ . .	40	2.7	0.4	17	81.6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ_	40	3.1	1.2	20.5	105.2

31.5 35.4 139. 999.4

56.8 63.3 192. 1565.

СТОЛОВ. № 3 С. С. ТАШКОВА

Н.И.Васильева

и. о. директора

И. Якова Т.Е.



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА № 499

М Е Н Ю

15 Мая 2026 ГОДА

10 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22.0	131.5
КАША" ДРУЖБА"С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.6	6.6	20.2	158.8
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ.	25	3.0	2.2	13	83.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.5

Итого

9.6 13.3 75.5 460.1

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ.	60	2.7	10.2	2.6	113
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	220	4.1	3	14.3	100.2
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ.	240	20.2	19.8	44.6	437.4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.1	1.2	20.5	105.2

Итого

33.9 36.0 134. 995.6

Всего

43.5 49.3 209. 1455.



Дир-р Столовой №3 С.С.С. Зав. пр. Спашкова

Спашкова

Бух-р Н.И.васильева

Васильева

и.о. директора



Усова Т.Е.