



МЕЖКО

5.11.2025Г.

8д

ЗАВТРАК

Итого

8.8 17.4 73.6 485.6

ОБЕД

Итого

24.5 21.3 107.9 722.8

Льготное питание для старших классов ОБЕД

Итого

28.8 27.0 139.7 917.1

КУРАТОР :
Дербина М.В.

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:
Красева Ю.С.

СОГЛАСОВАНО
Директор

ГБОУ СОШ № 164



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

6.11.2025г.

9д

Завтрак

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/15	4.5	4.5	7.4	88.1	3/2008
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14.5	23.9	2.7	283.3	214/2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3	433/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ЯБЛОКО	100	0.5	0.1	5.0	23.41	К/К
Итого		24.4	32.2	52.9	598.6	

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.86	56/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И МЯСОМ	205	6.4	4.4	14.9	125.6	99/2008
ВИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	14.1	20.3	11.9	286.2	268/2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.6	323/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	323/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К
Итого		33.5	37.2	126.0	972.8	

Льготное питание для старших классов ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.1	56/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И МЯСОМ	260	6.4	4.5	18.6	140.5	99/2008
ВИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	15.7	22.5	13.2	318.1	268/2017
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4.3	5.5	45.2	247.8	323/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	442/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К/К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К/К/К
МАНДАРИН	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К/К/К
Итого		39.2	44.6	160.6	1200.	

КУРАТОР
ДЕРВИНА М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВ.

БУХГАЛТЕР
КРАСЕВА Ю.С.

СОГЛАСОВАНО
Директор

ГБОУ СОШ № 161



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

7.11.2025г.

10д

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/15	1.2	4.3	22.0	131.5	2/2008
КАША ДРУЖБА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.7	7.5	20.1	166.5	190/2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9	431/2008
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

8.6 13.4 80.6 476.8

ОВЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-Й ВАРИАНТ)	60	0.7	3.1	5.7	53.76	41/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	220	6.5	2.4	15.4	109.2	92/2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ	240	19.4	19.0	42.8	420.4	240/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1	402/2008
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К/К/К
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К/К/К

Итого

33.3 27.4 134.6 919.1

Льготное питание для старших классов ОВЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	100	1.2	5.2	9.5	89.6	41/2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	275	8.2	3.0	19.2	136.2	92/2008
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЬЕЙ	280	22.6	22.2	50.0	489.8	299/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	402/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОВОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОВОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

40.6 34.2 169.0 1145.

КУРАТОР:
Дербина М.В.

ЗАВ.ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР;

Красева Ю.С.