

СОГЛАСОВАНО.
Директор _____

ГБОУ СОШ № 164

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

Льготное питание
для младших и старших классов

8.09.2025

6д

ЗАВТРАК 104.40

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
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150	5.4	6.7	23.6	176.1	189/2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	61.7	430/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ПЕЧЕНЬЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.6	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

14.0 14.8 84.2 525.5

ОВЕД 156.50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0.9	3.1	4.6	49.62	40/2008
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	210	3.9	5.3	11.8	110.6	90/2008
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	240	13.2	12.2	43.7	330.8	291/2017
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	402/2008
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
					0.0	

Итого

24.7 23.5 130.8 827.7

Льготное питание для старших классов ОВЕД 306.80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.5	5.1	7.7	82.7	40/2008
РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	260	4.7	6.5	14.7	135.6	90/2008
ПЛОВ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ	280	15.5	14.2	51.0	393.8	2017/291
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	2008/402
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К
ПЕЧЕНЬЕ	40	3.0	4.0	29.8	167.2	К/К

Итого

33.3 31.9 193.5 1209.

КУРАТОР : _____
Дербына М.В.

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ: _____

БУХГАЛТЕР: _____

Красева Ю.С.



СОГЛАСОВАНО.

Директор _____

ГБОУ СОШ № 164

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ШКОЛА №

Льготное питание
для младших и старших классов

9.09.2025г.



7д

ЗАВТРАК 104-40

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
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	19.2	14.5	27.5	317.0	225/2008
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/7	0.3	0.1	15.2	62.9	62.9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К

Итого 23.3 20.2 82.8 606.0

ОВЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.0	3.9	73.71	51/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	210	2.3	3.3	8.0	70.79	95/2008
ЗРАЗЫ РУВЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ	90	12.9	13.6	8.7	209.3	317/2008
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.7	13.1	126.3	/351/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	92	К/К
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К

Итого 26.5 32.6 90.7 745.9

Льготное питание для старших классов ОВЕД 306-80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.4	10.1	6.6	122.9	51/2008
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ	260	4.3	5.0	10.2	108.8	95/2008
ЗРАЗЫ РУВЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ	100	14.3	15.2	9.7	232.6	2008/100
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.1	8.0	15.7	151.5	351/2008
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8	2008/200
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.09	К/К

Итого 33.3 42.0 113.6 971.3

КУРАТОР:
Дербина

ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР:

Красева Ю.С.



СОГЛАСОВАНО.

Директор

ГБОУ СОШ №164

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

10.09.2025г.

8д

ЗАВТРАК 104.40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/15	1.1	8.4	7.5	110	1/2008
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	150	3.8	6.1	20.9	153.4	189/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К

Итого

8.8 17.4 73.6 485.6

ОБЕД 156.50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	60	1.6	4.2	5.8	67.67	60/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ	210	3.5	5.2	4.2	77.8	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9.8	4.3	3.7	92.7	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	333/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	402/2008
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

24.5 21.3 107.9 722.8

Льготное питание для старших классов Обед 306.80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг. ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ	100	2.7	7.1	9.6	112.9	40/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ	260	3.1	5.6	8.0	94.8	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10.9	4.8	4.1	103	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3.5	5.6	28.2	177.4	333/2008
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131	402/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К

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

11.09.2025г.

9д

Завтрак 104.40

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
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.0	23.41	К/К
Итого		24.4	32.2	52.9	598.6	

Обед 156.50

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 306.80

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
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	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 № 164

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ №2

М Е Н Ю

ШКОЛА №

Льготное питание
для младших и старших классов

12.09.2025г.

10д

ЗАВТРАК 104.40

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 ОВОЩАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5	К/К

Итого

8.6 13.4 80.6 476.8

ОВЕД 156.50

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 ОВОЩАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К/К/К
БАТОН ОВОЩАЩЕННЫЙ 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 306.80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-й 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 ОВОЩАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОВОЩАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	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.

