

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликova У.Ю.

« 16 » марта 2026 г.

МЕНЮ 2 неделя 1 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
<u>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</u>					
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр)	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным (пшеничка, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	160	1,98	4,60	24,50	225,00
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	180	3,48	2,79	10,08	80,55
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Итого завтрак:		19,23	19,53	69,67	581,11
<u>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (квашеная капуста, масло растит.)	60	0,64	2,06	3,96	45,64
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	200/20	4,87	2,80	20,40	128,00
Котлеты, биточки (особые) (свинина, говядина, хлеб пшеничный, соль, вода, сухари)	90	13,98	12,00	12,73	264,06
Овощи тушеные (картофель, морковь, лук репчатый, капуста б/к, тыква или кабачки, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, соль)	150	2,63	8,16	26,17	147,16
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		26,92	26,04	106,97	814,17
<u>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</u>					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (квашеная капуста, масло растит.)	100	1,00	3,17	5,74	56,06
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	250/20	6,46	3,05	25,60	149,00
Котлеты, биточки (особые) (свинина, говядина, хлеб пшеничный, соль, вода, сухари)	100	15,10	13,10	14,37	276,18
Овощи тушеные (картофель, морковь, лук репчатый, капуста б/к, тыква или кабачки, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, соль)	180	3,16	9,79	31,40	176,59
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Итого комплексный обед:		35,00	36,42	144,52	1064,19

Заведующий производством