

Согласовано:  
 Директор ГБОУ СОШ № 421  
 Петродворцового района Санкт-Петербурга  
 Большакова Ю.А.

Утверждено:  
 Генеральный директор  
 АО "ЖСП Красносельского района"  
 Поткин И.А.

**МЕНЮ**

9 день

15.01.2025

Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год		104,40	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b>							
крупя пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная			10,46	12,46	18,30	243,50	200/5
<b>Яблоко свежее</b>							
Яблоко свежее			0,31	0,31	8,36	27,60	100
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>							
Батон обогащенный			1,65	0,57	13,10	64,35	30
<b>Печенье</b>							
Печенье			1,87	2,45	18,60	104,20	25
<b>Кофейный напиток с молоком</b>							
кофейный напиток, сахар, молоко			3,80	3,50	15,68	109,40	200

Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год		156,50	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат витаминный (1-й вариант)</b>							
капуста свежая, яблоки свежие, морковь, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль йодированная			0,72	3,12	5,70	54,00	60
<b>Суп картофельный с крупой и рыбой</b>							
Филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупа перловая			5,28	3,73	16,46	120,87	200/10
<b>Ёжики мясные</b>							
мясо говядины, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная, масло растительное, соль йодированная			13,14	7,16	13,73	172,13	90
<b>Рагу овощное (3-й вариант)</b>							
картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло сливочное, лавровый лист, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста, сахар			4,20	8,20	15,70	153,60	150
<b>Компот из свежих яблок</b>							
яблоки свежие, сахар, лимонная кислота			0,20	0,20	27,90	114,00	200
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный			1,78	0,50	20,70	94,40	45
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>							
Батон обогащенный			1,65	0,57	13,10	64,35	30

Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		122,70	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Каша пшеничная молочная с маслом сливочным</b>							
крупя пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная			10,46	12,46	18,30	243,50	200/5
<b>Яблоко свежее</b>							
Яблоко свежее			0,31	0,31	8,36	27,60	100
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>							
Батон обогащенный			1,65	0,57	13,10	64,35	30
<b>Печенье</b>							
Печенье			1,87	2,45	18,60	104,20	25
<b>Кофейный напиток с молоком</b>							
кофейный напиток, сахар, молоко			3,80	3,50	15,68	109,40	200

Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		184,10	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
<b>Салат витаминный (1-й вариант)</b>							
капуста свежая, яблоки свежие, морковь, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль йодированная			1,20	5,20	9,50	90,00	100
<b>Суп картофельный с крупой и рыбой</b>							
Филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупа перловая			6,02	4,45	20,38	146,11	250/10
<b>Ёжики мясные</b>							
мясо говядины, лук репчатый, крупа рисовая, мука пшеничная, масло растительное, соль йодированная			14,60	7,96	15,26	191,26	100
<b>Рагу овощное (3-й вариант)</b>							
картофель, морковь, лук репчатый, капуста свежая, масло сливочное, лавровый лист, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, томат-паста, сахар			5,04	9,84	18,84	184,32	180
<b>Компот из свежих яблок</b>							
яблоки свежие, сахар, лимонная кислота			0,20	0,20	27,90	114,00	200
<b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный			2,37	0,66	27,60	126,00	60
<b>Батон обогащенный микронутриентами</b>							
Батон обогащенный			2,19	0,75	17,42	85,60	40

Главный технолог

Зав. производством