

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

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

МЕНЮ

2 день

15.04.2025

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                        |  | 104,40 | Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|------|----------|--------|----------|
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным<br>хлопья геркулес, молоко, сахар, масло сливочное, соль йодированная                                                  |  |        | 10,43 | 9,69 | 27,95    | 241,95 | 150/5    |
| Чай с сахаром<br>чай черный байховый черностоловой, сахар                                                                                                            |  |        | 0,20  | 0,00 | 6,50     | 26,80  | 200      |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                                             |  |        | 1,65  | 0,57 | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Мандарин свежий<br>Мандарин свежий                                                                                                                                   |  |        | 0,81  | 0,31 | 11,54    | 52,00  | 100      |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%<br>Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% |  |        | 2,52  | 5,25 | 11,70    | 104,10 | 210      |

| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                              | 156,50 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.   | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|----------|----------|
| <b>Винегрет с растительным маслом с сельдью (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)</b>                                   |        |       |       |          |          |          |
| картофель, свекла, морковь, рнурыцы соленые, капуста квашенная, пук репчатый/зеленый, масло растительное, сельдь с/с, соль йодированная | 3,18   | 5,82  | 3,00  | 78,00    | 45/15    |          |
| <b>Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и со сметаной</b>                                                                       |        |       |       |          |          |          |
| говядина, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, лавровый лист, сметана, соль йодированная                  | 5,05   | 5,83  | 6,48  | 100,20   | 200/10/5 |          |
| <b>Котлета рубленая из птицы</b>                                                                                                        |        |       |       |          |          |          |
| Филе куриное, батон, масло сливочное, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная                                        | 10,98  | 7,56  | 11,70 | 199,80   | 90       |          |
| <b>Рис отварной</b>                                                                                                                     |        |       |       |          |          |          |
| Рис, соль, сливочное масло                                                                                                              | 3,70   | 6,30  | 32,80 | 203,00   | 150      |          |
| <b>Компот из сухофруктов</b>                                                                                                            |        |       |       |          |          |          |
| компотная смесь из сухофруктов, сахар                                                                                                   | 0,50   | 0,00  | 19,80 | 81,00    | 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 геркулесовая молочная с маслом сливочным</b><br>хлопья геркулес, молоко, сахар, масло сливочное, соль йодированная                                                  | 13,80  | 12,82 | 36,97 | 320,00   | 200/5  |          |
| <b>Чай с сахаром</b><br>чай черный байховый чернolistовой, сахар                                                                                                            | 0,20   | 0,00  | 6,50  | 26,80    | 200    |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                                             | 1,65   | 0,57  | 13,10 | 64,35    | 30     |          |
| <b>Мандарин свежий</b><br>Мандарин свежий                                                                                                                                   | 0,81   | 0,31  | 11,54 | 52,00    | 100    |          |
| <b>Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%</b><br>Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 2,52   | 5,25  | 11,70 | 104,10   | 210    |          |

| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год                                                                                            | 184,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.   | Выход, г |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|----------|----------|
| <b>Винегрет с растительным маслом с сельдью (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)</b>                                  | 5,30   | 9,70  | 5,00  | 130,00   | 75\25    |          |
| картофель, свекла, морковь, рнурцы соленые, капуста квашенная, лук репчатый/зеленый, масло растительное, сельдь с/с, соль йодированная |        |       |       |          |          |          |
| <b>Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и со сметаной</b>                                                                      | 5,54   | 6,39  | 8,22  | 112,30   | 250/10/5 |          |
| говядина, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, лавровый лист, сметана, соль йодированная                 |        |       |       |          |          |          |
| <b>Котлета рубленая из птицы</b>                                                                                                       | 12,20  | 8,40  | 13,00 | 222,00   | 100      |          |
| филе куриное, батон, масло сливочное, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная                                       |        |       |       |          |          |          |
| <b>Рис отварной</b>                                                                                                                    | 4,40   | 7,60  | 39,40 | 244,00   | 180      |          |
| рис, соль, сливочное масло                                                                                                             |        |       |       |          |          |          |
| <b>Компот из сухофруктов</b>                                                                                                           | 0,50   | 0,00  | 19,80 | 81,00    | 200      |          |
| сухофрукты, сахар                                                                                                                      |        |       |       |          |          |          |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>                                                                               | 2,37   | 0,66  | 27,60 | 126,00   | 60       |          |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                                                                       |        |       |       |          |          |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>                                                                                              | 2,19   | 0,75  | 17,42 | 85,60    | 40       |          |
| Батон обогащенный                                                                                                                      |        |       |       |          |          |          |

Главный технолог

Зав. производством