

Согласовано:
И.о. директор ГБОУ СОШ № 421
Петродворцового района Санкт-Петербурга
Лужкова А.Н.



Утверждено:
Генеральный директор
АО 'КСТИ' Красносельского района"
Белоусов А.В.

МЕНЮ

10 день

11.09.2025

Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год		104,40	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
Омлет натуральный			13,14	14,16	21,84	249,00	150
яйцо куриное, соль йодированная, масло сливочное, молоко							
Чай с сахаром			0,20	0,00	6,50	26,80	200
чай черный байховый черноплостной, сахар							
Бутерброд с сыром			4,54	3,17	14,64	105,25	30/10
батон, сыр							
Апельсин свежий			1,35	0,30	12,15	64,50	150
Апельсин свежий							
Мармелад			0,04	0,00	12,79	112,35	35
Мармелад							
Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год		156,50	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
Салат из белокочанной капусты			1,56	5,70	2,94	48,00	60
капуста белокочанная свежая, морковь, масло растительное, сахар, соль, лимонная							
Суп картофельный с курой			4,20	8,29	10,56	120,56	200/10
картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, куриное							
филе							
Плов из птицы			20,85	15,18	45,57	366,33	250
филе куриное, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа							
рисовая, соль йодированная							
Компот из кураги			1,00	0,10	34,20	142,00	200
абрикосы сушеные, сахар, лимонная кислота							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами			1,78	0,50	20,70	94,40	45
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный							
Батон обогащенный микронутриентами			1,65	0,57	13,10	64,35	30
Батон обогащенный							
Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		122,70	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
Омлет натуральный			15,80	18,75	32,71	332,25	200
яйцо куриное, соль йодированная, масло сливочное, молоко							
Чай с сахаром			0,20	0,00	6,50	26,80	200
чай черный байховый черноплостной, сахар							
Бутерброд с сыром			4,54	3,17	14,64	105,25	30/10
батон, сыр							
Апельсин свежий			1,35	0,30	12,15	64,50	150
Апельсин свежий							
Мармелад			0,04	0,00	12,79	112,35	35
Мармелад							
Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год		184,10	Белки	Жиры	Углеводы	Калор.	Выход, г
Салат из белокочанной капусты			2,62	9,50	4,90	80,00	100
капуста белокочанная свежая, морковь, масло растительное, сахар, соль, лимонная							
Суп картофельный с курой			4,72	10,02	13,20	145,40	250/10
картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, куриное							
филе							
Плов из птицы			22,52	12,08	49,21	395,64	270
филе куриное, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа							
рисовая, соль йодированная							
Компот из кураги			1,00	0,10	34,20	142,00	200
абрикосы сушеные, сахар, лимонная кислота							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами			2,37	0,66	27,60	126,00	60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный							
Батон обогащенный микронутриентами			2,19	0,75	17,42	85,60	40
Батон обогащенный							

Главный технолог

Горбатова А.А. 

Зав. производством

