

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

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

## МЕНЮ

11 день

12.09.2025

|                                                                                                                                                                                |  |        |       |       |          |        |          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                                  |  | 104,40 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком                                                                                                                                      |  |        | 16,60 | 13,70 | 37,70    | 332,00 | 140/20   |
| творог, крупа манная, соль йодированная, сахар, яйца куриные, сухари панировочные                                                                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| Чай с сахаром и лимоном                                                                                                                                                        |  |        | 0,30  | 0,00  | 6,70     | 27,90  | 200/5    |
| чай черный байховый крупнолистовой, сахар, лимон                                                                                                                               |  |        |       |       |          |        |          |
| Батон обогащенный                                                                                                                                                              |  |        | 1,65  | 0,57  | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Яблоко свежее                                                                                                                                                                  |  |        | 0,47  | 0,47  | 12,54    | 41,40  | 150      |
| Яблоко свежее                                                                                                                                                                  |  |        |       |       |          |        |          |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%                                                                                               |  |        | 2,52  | 5,25  | 11,70    | 104,10 | 210      |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%                                                                                               |  |        |       |       |          |        |          |
| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                                     |  | 156,50 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| Огурец соленый                                                                                                                                                                 |  |        | 0,48  | 0,06  | 1,02     | 6,60   | 60       |
| Огурец соленый                                                                                                                                                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| Борщ с капустой, картофелем, курой и сметаной                                                                                                                                  |  |        | 4,55  | 5,31  | 9,46     | 104,80 | 200/10/5 |
| свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, лавровый лист, соль йодированная, куриное филе, сметана |  |        |       |       |          |        |          |
| Котлета рыбная с соусом томатным                                                                                                                                               |  |        | 8,16  | 9,06  | 10,92    | 157,80 | 60/30    |
| филе рыбы, батон, молоко, сухари панировочные, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, томат-паста, сахар                                |  |        |       |       |          |        |          |
| Картофельное пюре с зеленым горошком                                                                                                                                           |  |        | 6,83  | 9,07  | 26,04    | 192,45 | 150      |
| картофель, молоко, масло сливочное, горошек зеленый консервированный, соль йодированная                                                                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| Сок в ассортименте                                                                                                                                                             |  |        | 0,00  | 0,00  | 22,00    | 88,00  | 200      |
| Сок в ассортименте                                                                                                                                                             |  |        |       |       |          |        |          |
| 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 |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком                                                                                                                                      |  |        | 20,75 | 17,13 | 47,13    | 415,00 | 180/20   |
| творог, крупа манная, соль йодированная, сахар, яйца куриные, сухари панировочные                                                                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| Чай с сахаром и лимоном                                                                                                                                                        |  |        | 0,30  | 0,00  | 6,70     | 27,90  | 200/5    |
| чай черный байховый крупнолистовой, сахар, лимон                                                                                                                               |  |        |       |       |          |        |          |
| Батон обогащенный микронутриентами                                                                                                                                             |  |        | 1,65  | 0,57  | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Батон обогащенный                                                                                                                                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| Яблоко свежее                                                                                                                                                                  |  |        | 0,47  | 0,47  | 12,54    | 41,40  | 150      |
| Яблоко свежее                                                                                                                                                                  |  |        |       |       |          |        |          |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%                                                                                               |  |        | 2,52  | 5,25  | 11,70    | 104,10 | 210      |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%                                                                                               |  |        |       |       |          |        |          |
| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год                                                                                                                                    |  | 184,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| Огурец соленый                                                                                                                                                                 |  |        | 0,80  | 0,10  | 1,70     | 11,00  | 100      |
| Огурец соленый                                                                                                                                                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| Борщ с капустой, картофелем, курой и сметаной                                                                                                                                  |  |        | 5,89  | 6,61  | 11,92    | 125,10 | 250/10/5 |
| свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, лавровый лист, соль йодированная, куриное филе, сметана |  |        |       |       |          |        |          |
| Котлета рыбная с соусом томатным                                                                                                                                               |  |        | 12,06 | 12,84 | 15,42    | 225,60 | 90/30    |
| филе рыбы, батон, молоко, сухари панировочные, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, томат-паста, сахар                                |  |        |       |       |          |        |          |
| Картофельное пюре с зеленым горошком                                                                                                                                           |  |        | 8,20  | 9,68  | 31,25    | 230,94 | 180      |
| картофель, молоко, масло сливочное, горошек зеленый консервированный, соль йодированная                                                                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| Сок в ассортименте                                                                                                                                                             |  |        | 0,00  | 0,00  | 22,00    | 88,00  | 200      |
| Сок в ассортименте                                                                                                                                                             |  |        |       |       |          |        |          |
| 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