

Согласовано:

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

Утверждено:

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

## МЕНЮ

9 день

05.11.2025

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                                                    |  | 104,40 | Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|------|----------|--------|----------|
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным<br>крупка пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная                                                                                |  |        | 7,91  | 9,42 | 13,84    | 184,11 | 150/5    |
| Кофейный напиток с молоком<br>кофейный напиток, сахар, молоко                                                                                                                                    |  |        | 3,80  | 3,50 | 15,68    | 109,40 | 200      |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>Батон обогащенный                                                                                                                                          |  |        | 1,65  | 0,57 | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Яблоко свежее<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                   |  |        | 0,47  | 0,47 | 12,54    | 41,40  | 150      |
| Печенье                                                                                                                                                                                          |  |        | 1,87  | 2,45 | 18,60    | 104,20 | 25       |
| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                                                       |  | 156,50 | Белки | Жиры | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)<br>картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, лук репчатый/зеленый, масло растительное, соль йодированная |  |        | 0,84  | 6,06 | 3,96     | 73,80  | 60       |
| Суп картофельный с крупой и рыбой<br>филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупка перловая                                                         |  |        | 5,28  | 3,73 | 16,46    | 120,87 | 200/10   |
| Ёжики мясные<br>мясо говядины, лук репчатый, крупка рисовая, мука пшеничная, масло растительное, соль йодированная                                                                               |  |        | 13,14 | 7,16 | 13,73    | 172,13 | 90       |
| Рагу овощное (3-й вариант)<br>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      |
| Компот из свежих яблок<br>яблоки свежие, сахар, лимонная кислота                                                                                                                                 |  |        | 0,20  | 0,20 | 27,90    | 114,00 | 200      |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами<br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                                                                            |  |        | 1,78  | 0,50 | 20,70    | 94,40  | 45       |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>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 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным<br>крупка пшеничная, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная                                                                                                   |  |        | 10,46 | 12,46 | 18,30    | 243,50 | 200/5    |
| Кофейный напиток с молоком<br>кофейный напиток, сахар, молоко                                                                                                                                                       |  |        | 3,80  | 3,50  | 15,68    | 109,40 | 200      |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>Батон обогащенный                                                                                                                                                             |  |        | 1,65  | 0,57  | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Яблоко свежее<br>Яблоко свежее                                                                                                                                                                                      |  |        | 0,47  | 0,47  | 12,54    | 41,40  | 150      |
| Печенье                                                                                                                                                                                                             |  |        | 1,87  | 2,45  | 18,60    | 104,20 | 25       |
| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год                                                                                                                                                                         |  | 184,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)<br>картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, капуста квашенная, лук репчатый/зеленый, масло растительное, соль йодированная |  |        | 1,40  | 10,10 | 6,60     | 123,00 | 100      |
| Суп картофельный с крупой и рыбой<br>филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупка перловая                                                                            |  |        | 6,02  | 4,45  | 20,38    | 146,11 | 250/10   |
| Ёжики мясные<br>мясо говядины, лук репчатый, крупка рисовая, мука пшеничная, масло растительное, соль йодированная                                                                                                  |  |        | 14,60 | 7,96  | 15,26    | 191,26 | 100      |
| Рагу овощное (3-й вариант)<br>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      |
| Компот из свежих яблок<br>яблоки свежие, сахар, лимонная кислота                                                                                                                                                    |  |        | 0,20  | 0,20  | 27,90    | 114,00 | 200      |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами<br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                                                                                               |  |        | 2,37  | 0,66  | 27,60    | 126,00 | 60       |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>Батон обогащенный                                                                                                                                                             |  |        | 2,19  | 0,75  | 17,42    | 85,60  | 40       |

Горбатова А.А.   
Главный технолог

Зав. производством 

Согласовано:

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

Утверждено:

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



## МЕНЮ

10 день

06.11.2025

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

Горбатова А.А.

Главный технолог

Зав. производством

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

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

## МЕНЮ

11 день

07.11.2025

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2025 год                                                                                                                         |  | 104,40 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| Запеканка из творога со сгущенным молоком<br>творог, крупа манная, соль йодированная, сахар, яйца куриные, сухари панировочные,                                       |  |        | 16,60 | 13,70 | 37,70    | 332,00 | 140/20   |
| Чай с сахаром и лимоном<br>чай черный байховый крупнолистовой, сахар, лимон                                                                                           |  |        | 0,30  | 0,00  | 6,70     | 27,90  | 200/5    |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>Батон обогащенный                                                                                                               |  |        | 1,65  | 0,57  | 13,10    | 64,35  | 30       |
| Яблоко свежее<br>Яблоко свежее                                                                                                                                        |  |        | 0,47  | 0,47  | 12,54    | 41,40  | 150      |
| 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 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|------|----------|--------|----------|
| Огурец соленый                                                                                                                                                                                                                  |        | 0,48  | 0,06 | 1,02     | 6,60   | 60       |
| Борщ с капустой, картофелем, курой и сметаной<br>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, лавровый лист, соль йодированная, куриное филе, сметана |        | 4,55  | 5,31 | 9,46     | 104,80 | 200/10/5 |
| Котлета рыбная с соусом томатным<br>филе рыбы, батон, молоко, сухари панировочные, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, томат-паста, сахар                                             |        | 8,16  | 9,06 | 10,92    | 157,80 | 60/30    |
| Картофельное пюре с зеленым горошком<br>картофель, молоко, масло сливочное, горошек зеленый консервированный, соль йодированная                                                                                                 |        | 6,83  | 9,07 | 26,04    | 192,45 | 150      |
| Сок в ассортименте<br>Сок в ассортименте                                                                                                                                                                                        |        | 0,00  | 0,00 | 22,00    | 88,00  | 200      |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами<br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                                                                                                           |        | 1,78  | 0,50 | 20,70    | 94,40  | 45       |
| Батон обогащенный микронутриентами<br>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>Запеканка из творога со сгущенным молоком</b><br>творог, крупа манная, соль йодированная, сахар, яйца куриные, сухари панировочные,                                      | 20,75  | 17,13 | 47,13 | 415,00   | 180/20 |          |
| <b>Чай с сахаром и лимоном</b><br>чай черный байховый крупнолистовой, сахар, лимон                                                                                          | 0,30   | 0,00  | 6,70  | 27,90    | 200/5  |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный                                                                                                              | 1,65   | 0,57  | 13,10 | 64,35    | 30     |          |
| <b>Яблоко свежее</b><br>Яблоко свежее                                                                                                                                       | 0,47   | 0,47  | 12,54 | 41,40    | 150    |          |
| <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 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| Огурец соленый                                                                                                                                                                                                                                           |        | 0,80  | 0,10  | 1,70     | 11,00  | 100      |
| Огурец соленый<br><b>Борщ с капустой, картофелем, курой и сметаной</b><br>свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томат-паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, лавровый лист, соль йодированная, куриное филе, сметана |        | 5,89  | 6,61  | 11,92    | 125,10 | 250/10/5 |
| <b>Котлета рыбная с соусом томатным</b><br>филе рыбы, батон, молоко, сухари панировочные, соль йодированная, масло растительное, мука пшеничная, морковь, лук репчатый, томат-паста, сахар                                                               |        | 12,06 | 12,84 | 15,42    | 225,60 | 90/30    |
| <b>Картофельное пюре с зеленым горошком</b><br>картофель, молоко, масло сливочное, горошек зеленый консервированный, соль йодированная                                                                                                                   |        | 8,20  | 9,68  | 31,25    | 230,94 | 180      |
| <b>Сок в ассортименте</b><br>Сок в ассортименте                                                                                                                                                                                                          |        | 0,00  | 0,00  | 22,00    | 88,00  | 200      |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                                                                                                                                                             |        | 2,37  | 0,66  | 27,60    | 126,00 | 60       |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный                                                                                                                                                                                           |        | 2,19  | 0,75  | 17,42    | 85,60  | 40       |

Горбатова А.А.

Главный технолог

Зав. производством

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



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



## МЕНЮ

12 день

08.11.2025

| Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2025 год                                                                                  |  | 122,70 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Каша из пшена и риса жидкая молочная с маслом сливочным "Дружба"</b>                                                         |  |        | 13,52 | 12,60 | 33,40    | 322,10 | 200/5    |
| крупка рисовая, пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная                                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Чай с сахаром</b>                                                                                                            |  |        | 0,20  | 0,00  | 6,50     | 26,80  | 200      |
| чай черный байховый чернolistовой, сахар                                                                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Бутерброд с маслом</b>                                                                                                       |  |        | 2,40  | 4,43  | 14,60    | 107,90 | 30/5     |
| батон обогащенный, масло сливочное                                                                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Мандарин свежий</b>                                                                                                          |  |        | 0,81  | 0,31  | 11,54    | 52,00  | 100      |
| Мандарин свежий                                                                                                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Печенье</b>                                                                                                                  |  |        | 1,87  | 2,45  | 18,60    | 104,20 | 25       |
| Печенье                                                                                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2025 год                                                                                     |  | 184,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
| <b>Салат витаминный (1-й вариант)</b>                                                                                           |  |        | 1,20  | 5,20  | 9,50     | 90,00  | 100      |
| капуста белокочанная свежая, яблоки свежие, морковь, масло растительное, сахар, соль, лимонная кислота                          |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Рассольник "Ленинградский" со сметаной</b>                                                                                   |  |        | 2,81  | 4,97  | 17,32    | 124,90 | 250/5    |
| картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурец соленый, масло сливочное, лавровый лист, соль йодированная, сметана    |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Котлета рубленая из птицы с соусом молочным</b>                                                                              |  |        | 17,34 | 14,64 | 17,28    | 270,00 | 90/30    |
| филе куриное, батон, масло сливочное, сухари панировочные, масло растительное, соль йодированная, молоко, мука пшеничная, сахар |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Рис отварной</b>                                                                                                             |  |        | 4,40  | 7,60  | 39,40    | 244,00 | 180      |
| рис, соль, сливочное масло                                                                                                      |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Компот из свежих яблок</b>                                                                                                   |  |        | 0,20  | 0,20  | 27,90    | 114,00 | 200      |
| яблоки свежие, сахар, лимонная кислота                                                                                          |  |        |       |       |          |        |          |
| <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

Горбатова А.А.

Зав. производством