

Согласовано:

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

Утверждено:

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

МЕНЮ

10 день

04.12.2025

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

Главный технолог Горбатова А.А.

Зав. производством