

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

18.12.2025

10 день

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

Горбатова А.А.  
Главный технолог

Зав. производством