

Согласовано:

И.О. директор ГБОУ СОШ № 421  
Петродворцового района Санкт-Петербурга



Дужкова А.Н.

Утверждено:

Генеральный директор  
АО "КСП Красносельского района"



Белоусов А.В.

# МЕНЮ

22.01.2026

2 неделя 10 день

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2026 год                           |  | 106,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Каша из пшена и риса жидкая молочная с маслом сливочным "Дружба"</b> |  |        | 10,00 | 13,10 | 29,40    | 225,00 | 150/5    |
| крупя рисовая, пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Кофейный напиток с молоком</b>                                       |  |        | 3,80  | 2,90  | 11,90    | 89,00  | 200      |
| кофейный напиток, сахар, молоко                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Бутерброд с сыром</b>                                                |  |        | 3,80  | 3,53  | 10,28    | 88,20  | 20/10    |
| Батон обогащенный микронутриентами, сыр                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Апельсин свежий</b>                                                  |  |        | 0,90  | 0,20  | 8,10     | 37,80  | 100      |
| Апельсин свежий                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Мармелад</b>                                                         |  |        | 0,03  | 0,00  | 23,82    | 96,30  | 30       |
| Мармелад                                                                |  |        |       |       |          |        |          |

| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2026 год                                                                        |  | 159,05 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Салат из свеклы отварной</b>                                                                                   |  |        | 0,84  | 3,66  | 4,56     | 54,60  | 60       |
| свекла, масло растительное, соль йодированная                                                                     |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Суп картофельный с курой</b>                                                                                   |  |        | 4,40  | 4,48  | 14,52    | 116,00 | 200/10   |
| картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, куриное филе                             |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Рагу из овощей и мяса</b>                                                                                      |  |        | 12,34 | 14,52 | 25,92    | 291,15 | 240      |
| Говядина, картофель, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль йодированная |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Компот из кураги</b>                                                                                           |  |        | 1,00  | 0,06  | 17,20    | 73,00  | 200      |
| абрикосы сушеные, сахар, лимонная кислота                                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>                                                          |  |        | 2,72  | 0,52  | 15,92    | 79,20  | 40       |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>                                                                         |  |        | 4,13  | 1,60  | 28,27    | 143,55 | 55       |
| Батон обогащенный микронутриентами                                                                                |  |        |       |       |          |        |          |

| Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2026 год                          |  | 124,70 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Каша из пшена и риса жидкая молочная с маслом сливочным "Дружба"</b> |  |        | 13,32 | 16,08 | 39,18    | 287,50 | 200/5    |
| крупя рисовая, пшено, молоко, масло сливочное, сахар, соль йодированная |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Кофейный напиток с молоком</b>                                       |  |        | 3,80  | 2,90  | 11,90    | 89,00  | 200      |
| кофейный напиток, сахар, молоко                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Бутерброд с сыром</b>                                                |  |        | 3,80  | 3,53  | 10,28    | 88,20  | 20/10    |
| Батон обогащенный микронутриентами, сыр                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Апельсин свежий</b>                                                  |  |        | 0,90  | 0,20  | 8,10     | 37,80  | 100      |
| Апельсин свежий                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Мармелад</b>                                                         |  |        | 0,03  | 0,00  | 23,82    | 96,30  | 30       |
| Мармелад                                                                |  |        |       |       |          |        |          |

| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2026 год                                                                       |  | 187,10 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Салат из свеклы отварной</b>                                                                                   |  |        | 1,40  | 6,10  | 7,60     | 91,00  | 100      |
| свекла, масло растительное, соль йодированная                                                                     |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Суп картофельный с курой</b>                                                                                   |  |        | 4,88  | 5,02  | 18,14    | 137,20 | 250/10   |
| картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, куриное филе                             |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Рагу из овощей и мяса</b>                                                                                      |  |        | 14,40 | 16,94 | 30,24    | 339,68 | 280      |
| Говядина, картофель, лук репчатый, морковь, мука пшеничная, масло растительное, томатная паста, соль йодированная |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Компот из кураги</b>                                                                                           |  |        | 1,00  | 0,06  | 17,20    | 73,00  | 200      |
| абрикосы сушеные, сахар, лимонная кислота                                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>                                                          |  |        | 4,08  | 0,78  | 23,88    | 118,80 | 60       |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                 |  |        |       |       |          |        |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>                                                                         |  |        | 5,25  | 2,03  | 35,98    | 182,70 | 70       |
| Батон обогащенный микронутриентами                                                                                |  |        |       |       |          |        |          |

Главный технолог

Горбатова А.А.

Зав. производством