

СОГЛАСОВАНО  
Директор

ГБОУ СОШ № 133



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 2

МЕНЮ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ  
ДЛЯ МЛАДШИХ И СТАРШИХ КЛАССОВ

9Д

23.10.2024г

ЗАВТРАК 104-40

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/15	1.1	8.4	7.5	110	1/2008
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧ.	150	3.8	6.1	20.9	153.4	189/2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1.5	1.3	22.4	107.3	432/2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	2.0	1.2	13.0	70.44	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К

Итого 8.8 17.4 73.6 485.6

ОБЕД 156-50

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	60	1.6	4.2	5.8	67.67	60/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2.4	4.4	6.4	75.84	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90/50	15.3	6.7	5.7	144.4	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	148	333/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	2.9	1.1	18.6	95.9	К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К

Итого 32.7 25.6 109.7 801.6

Льготное питание для старших классов Обед 306-80

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал	Технологич. справочник, рецептура
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЬЮ ГОРОШКОМ	100	2.7	7.1	9.6	112.9	40/2017
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	250/10/15	6.9	9.6	8.0	145.9	84/2008
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100/50	16.4	7.2	6.2	154.8	231/2008
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	3.9	6.3	31.3	197.1	333/2008
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.7	0.3	24.4	103.1	441/2008
ХЛЕБ РЖАНО ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7	К/К
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	3.7	2.5	4.9	56.9	К/К
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	60	4.4	1.7	27.9	143.8	К/К
ЯБЛОКО	100	0.4	0.4	9.8	44.4	К/К

Итого 42.3 36.8 142.5 1068.

КУРАТОР : Дербина М.В.  
ЗАВ. ПРОИЗВОДСТВОМ:

БУХГАЛТЕР: Красева Ю.С.

