



СОГЛАСОВАНО  
Директор школы № 404

*И. В. Левин*

02 10

2026 г

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию  
АО «КСП Колпинского района»  
Ерёмин Д.Ю.

## МЕНЮ 1 неделя 5 день

| Наименование                             | Выход г.   | Белки г.     | Жиры г.      | Уг-ды г.     | Э.Ц. ккал     |
|------------------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</b>                |            |              |              |              |               |
| Сыр порционно                            | 20         | 4,6          | 5,93         | 0            | 72,0          |
| Каша жидкая пшеничная с маслом сливочным | 150        | 5,6          | 7,6          | 24,8         | 179,0         |
| Чай с лимоном                            | 200        | 0,2          | 0            | 7,2          | 30,0          |
| Батон нарезной обогащенный микр.         | 60         | 4,35         | 1,5          | 29,55        | 151,8         |
| Йогурт 2,5% жирности                     | 125        | 4,0          | 3,1          | 13,0         | 100,0         |
| <b>Итого завтрак:</b>                    | <b>555</b> | <b>18,75</b> | <b>18,13</b> | <b>74,55</b> | <b>532,8</b>  |
| <b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</b>                   |            |              |              |              |               |
| Винегрет овощной                         | 60         | 0,8          | 6,1          | 4,2          | 75,0          |
| Суп картофельный с рыбой                 | 200/5      | 2,82         | 2,13         | 16,7         | 93,1          |
| Голубцы ленивые                          | 240        | 20,4         | 18,1         | 18,0         | 335,0         |
| Компот из смеси сухофруктов              | 180        | 0,5          | 0,06         | 15,1         | 63,0          |
| Зефир витаминизированный                 | 35         | 0,3          | 0,03         | 28,0         | 110,0         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.   | 40         | 1,88         | 0,88         | 19,9         | 72,0          |
| <b>Итого обед:</b>                       | <b>760</b> | <b>26,7</b>  | <b>27,3</b>  | <b>101,9</b> | <b>748,1</b>  |
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</b>      |            |              |              |              |               |
| Винегрет овощной                         | 100        | 1,3          | 10,2         | 7,0          | 125,0         |
| Суп картофельный с рыбой                 | 250/5      | 3,52         | 2,7          | 20,9         | 116,4         |
| Голубцы ленивые                          | 280        | 23,8         | 20,12        | 21,0         | 390,83        |
| Компот из смеси сухофруктов              | 180        | 0,5          | 0,06         | 15,1         | 63,0          |
| Зефир витаминизированный                 | 35         | 0,3          | 0,03         | 28,0         | 110,0         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.   | 40         | 1,88         | 0,88         | 19,9         | 72,0          |
| <b>Итого комплексный обед:</b>           | <b>890</b> | <b>31,3</b>  | <b>33,99</b> | <b>111,9</b> | <b>877,23</b> |

Заведующий производством

*А. Р. Шорникова*

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 401

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Ерёмин А.Ю.



«02 10»

2026 г.

## МЕНЮ ДЛЯ КАДЕТСКИХ КЛАССОВ

1 неделя 5 день

| Наименование                                         | Выход,<br>г. | Белки,<br>г. | Жиры,<br>г.  | Уг-ды г.      | Энерг.<br>цен., ккал |
|------------------------------------------------------|--------------|--------------|--------------|---------------|----------------------|
| <b>ОБЕД (5-8 класс)</b>                              |              |              |              |               |                      |
| Винегрет овощной                                     | 100          | 1,3          | 10,2         | 7,0           | 125,0                |
| Суп картофельный с рыбой                             | 245/5        | 3,52         | 2,7          | 20,9          | 116,4                |
| Голубцы ленивые                                      | 280          | 23,8         | 20,12        | 21,0          | 390,83               |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200          | 0,5          | 0,07         | 16,8          | 70,0                 |
| Кондитерские изделия (вафли)                         | 50           | 2,0          | 13,5         | 31,0          | 255,0                |
| Фрукты свежие ( груша)                               | 250          | 1,0          | 0,75         | 32,5          | 115,0                |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный<br>микронутриентами | 70           | 3,29         | 1,54         | 34,82         | 126,0                |
| <b>Итого:</b>                                        | <b>1200</b>  | <b>35,41</b> | <b>48,88</b> | <b>164,02</b> | <b>1198,23</b>       |

Заведующий производством

*А. Радченко*