

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 401  
Ф.И.О.



УЕРЖДЕНО

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



«Ш» 03 2026 г  
**МЕНЮ 1 неделя 2 день**

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-дыт г.	Э.Ц. ккал
<b>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</b>					
Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	155	5,6	6,4	24,8	179
Сыр (порциями)	20	4,6	5,93	0	72,67
Чай с сахаром	200/7	0,2	0,1	15	60
Батон обогащенный микронукриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125	4	3,1	13	100
<b>Итого:</b>	<b>547</b>	<b>17,3</b>	<b>16,53</b>	<b>72,5</b>	<b>512,87</b>
<b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</b>					
Зелёный горошек	60	0,5	0,12	1,6	10,8
Борщ со свежей капустой и картофелем, с птицей и сметаной	200/10/5	5,38	5,2	9,76	107,8
Запеканка картофельная с субпродуктами	240	10,1	18,2	41	403
Соус сметанный	20	0,28	0,8	1,28	13,6
Соки овощные, плодовые и ягодные, вырабатываемые промышленностью, натуральные	180	0,9	0,18	17,82	77,4
Батон обогащенный микронукриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>21,94</b>	<b>26,38</b>	<b>111,06</b>	<b>785,8</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>39,24</b>	<b>42,91</b>	<b>183,56</b>	<b>1298,67</b>
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</b>					
Зелёный горошек	100	0,83	0,2	2,66	18,0
Борщ со свежей капустой и картофелем, с птицей и сметаной	250/10/5	6,72	6,5	12,2	134,75
Запеканка картофельная с субпродуктами	280	11,78	20,23	47,83	450,2
Соус сметанный	20	0,28	0,8	1,28	13,6
Соки овощные, плодовые и ягодные, вырабатываемые промышленностью, натуральные	200	1,0	0,2	17,78	89
Йогурт 2,5% жирности	125	4,0	3,1	13,0	100,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
<b>Итого комплексный обед:</b>	<b>1030</b>	<b>26,49</b>	<b>31,91</b>	<b>114,65</b>	<b>877,55</b>

Заведующий производством