

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 401  
Ф.И.О.

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

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

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликowa У.Ю.

«И» 03

2026 г

## МЕНЮ 1 неделя 3 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
<b>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</b>					
Омлет натуральный с маслом сливочным	150	14,45	23,86	2,73	283,64
Какао с молоком	200	2,61	2,25	22,32	120,6
Фрукты свежие в ассортименте	130	0,62	0,62	15,2	70,2
Батон обогащенный микронукриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>20,58</b>	<b>27,73</b>	<b>59,95</b>	<b>575,64</b>
<b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</b>					
Салат «Яркий»	60	0,66	6,06	1,2	62,4
Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	2,4	4,67	13,76	106,4
Биточки рыбные	100	13	12,6	15	226
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141
Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,09	0	25,11	100
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
Батон обогащенный микронукриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
<b>Итого:</b>	<b>795</b>	<b>24,03</b>	<b>30,61</b>	<b>114,97</b>	<b>809</b>
<b>Итого за день:</b>		<b>44,61</b>	<b>58,34</b>	<b>174,92</b>	<b>1384,64</b>
<b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</b>					
Салат «Яркий»	100	1,1	10,1	2	104
Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	3	5,84	17,2	132,5
Биточки рыбные	100	13	12,6	15	226
Пюре картофельное	180	3,72	6,48	24,36	169,2
Кисель из плодов или ягод свежих	200	0,09	0	25,11	100
Фрукты свежие в ассортименте	130	0,62	0,62	15,2	70,2
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
<b>Итого комплексный обед:</b>	<b>1005</b>	<b>23,41</b>	<b>36,52</b>	<b>118,77</b>	<b>873,9</b>

Заведующий производством