

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 401

УТВЕРЖДЕНО

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

АО «КСП Колпинского района»

Ерёмин Д.Ю.

2026 г

МЕНЮ 1 неделя 5 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
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
Итого завтрак:	555	18,75	18,13	74,55	532,8
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
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
Итого обед:	760	26,7	27,3	101,9	748,1
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
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
Итого комплексный обед:	890	31,3	33,99	111,9	877,23

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор школы №
Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

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

«1610

2026 г

МЕНЮ ДЛЯ КАДЕТСКИХ КЛАССОВ

1 неделя 5 день

Наименование	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Уг-ды г.	Энерг. цен.,ккал
ОБЕД (5-8 класс)					
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 микронутриентами	70	3,29	1,54	34,82	126,0
Итого:	1200	35,41	48,88	164,02	1198,23

Заведующий производством

Д. Дмитриев