

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 401  
Ф.И.О.

К.В. Левшин

УТВЕРЖДЕНО

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

«18» 03

2026 г

## МЕНЮ 2 неделя 3 день

| Наименование                                      | Выход г.   | Белки г.     | Жиры г.       | Уг-ды г.      | Э.Ц, ккал      |
|---|------------|--------------|---------------|---------------|----------------|
| <b>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</b>                         |            |              |               |               |                |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"     | 150        | 4,65         | 7,5           | 20,1          | 168            |
| Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %  | 125        | 4            | 3,1           | 13            | 100            |
| Какао с молоком                                   | 200        | 2,61         | 2,25          | 22,32         | 120,6          |
| Батон обогащенный микронутриентами                | 40         | 2,9          | 1             | 19,7          | 101,2          |
| Фрукты свежие в ассортименте                      | 130        | 0,62         | 0,062         | 15,2          | 70,2           |
| <b>Итого:</b>                                     | <b>645</b> | <b>14,78</b> | <b>13,912</b> | <b>90,32</b>  | <b>560</b>     |
| <b>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</b>                            |            |              |               |               |                |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 60         | 0,66         | 6,06          | 2,22          | 66             |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками          | 200/35     | 1,2          | 1,51          | 15,54         | 86,22          |
| Голубцы ленивые                                   | 250        | 20,2         | 13,2          | 35,5          | 336            |
| Кисель из кураги                                  | 200        | 0,7          | 0,1           | 37            | 151            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40         | 1,88         | 0,88          | 19,9          | 72             |
| <b>Итого:</b>                                     | <b>785</b> | <b>24,64</b> | <b>21,75</b>  | <b>110,16</b> | <b>711,22</b>  |
| <b>Итого за день:</b>                             |            | <b>39,42</b> | <b>35,662</b> | <b>200,48</b> | <b>1271,22</b> |
| <b>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</b>               |            |              |               |               |                |
| Салат "Степной" из разных овощей                  | 100        | 1,1          | 10,1          | 3,7           | 110            |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками          | 250/35     | 1,5          | 1,9           | 19,42         | 107,75         |
| Голубцы ленивые                                   | 280        | 22,62        | 14,8          | 39,76         | 376,32         |
| Кисель из кураги                                  | 200        | 0,7          | 0,1           | 37            | 151            |
| Кондитерские изделия                              | 20         | 0,8          | 5,4           | 12,4          | 102            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40         | 1,88         | 0,88          | 19,9          | 72             |
| <b>Итого комплексный обед:</b>                    | <b>925</b> | <b>28,6</b>  | <b>33,18</b>  | <b>132,18</b> | <b>919,07</b>  |

Заведующий производством

А.А. Шкаликowa