**СОГЛАСОВАНО**
Директор школы № 401
К.В. Левина

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

«19» 11 2026 г

# МЕНЮ 1 неделя 4 день

| Наименование | Выход г. | Белки г. | Жиры г. | Уг-ды г. | Э.Ц. ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| **ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)** | | | | | |
| Запеканка из творога со сгущёным молоком | 60/10 | 10,6 | 8,4 | 9,7 | 133,0 |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") | 130 | 4,0 | 6,5 | 17,4 | 146,0 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,1 | 15,0 | 60,0 |
| Батон нарезной обогащенный микр. | 40 | 2,9 | 1,0 | 19,7 | 101,2 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,7 | 54,0 |
| **Итого завтрак:** | **540** | **18,2** | **16,5** | **73,5** | **494,2** |
| **ОБЕД (7-11 ЛЕТ)** | | | | | |
| Салат из б/к капусты / с 01.03. Салат из квашенной капусты | 60 | 0,9 | 3,1 | 5,6 | 54,0 |
| Борщ со сметаной | 200/5 | 1,3 | 3,75 | 7,7 | 70,0 |
| Гуляш из отварного мяса | 90 | 13,0 | 12,7 | 4,7 | 185,0 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,2 | 5,6 | 35,9 | 227,0 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,14 | 0,13 | 18,0 | 73,0 |
| Батон нарезной обогащенный микр. | 20 | 1,45 | 0,5 | 9,85 | 50,6 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр. | 40 | 1,88 | 0,88 | 19,9 | 72,0 |
| **Итого обед:** | **745** | **26,87** | **26,66** | **101,65** | **731,6** |
| **КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)** | | | | | |
| Салат из б/к капусты / с 01.03. Салат из квашенной капусты | 100 | 1,5 | 5,2 | 9,33 | 90,0 |
| Борщ со сметаной | 250/5 | 1,62 | 4,7 | 9,62 | 87,5 |
| Гуляш из отварного мяса | 100 | 14,44 | 14,11 | 5,22 | 205,55 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,84 | 6,72 | 43,1 | 272,4 |
| Компот из свежих плодов | 180 | 0,14 | 0,13 | 18,0 | 73,0 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр. | 40 | 1,88 | 0,88 | 19,9 | 72,0 |
| Фрукты свежие (яблоко) | 100 | 0,5 | 0,5 | 11,7 | 54,0 |
| **Итого комплексный обед:** | **955** | **29,92** | **32,24** | **116,87** | **854,45** |

**Заведующий производством** Дмитриева

**СОГЛАСОВАНО**
Директор школы № 401
Ф.И.О. К.В. Мекшин

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

19 11 2026 г

# МЕНЮ ДЛЯ КАДЕТСКИХ КЛАССОВ

1 неделя 4 день

| Наименование | Выход, г. | Белки, г. | Жиры, г. | Уг-ды г. | Энерг. цен.,ккал |
|---|---|---|---|---|---|
| **ОБЕД (5-8 класс)** | | | | | |
| Салат из б/к капусты / с 01.03. Салат из квашенной капусты | 100 | 1,5 | 5,2 | 9,33 | 90,0 |
| Борщ со сметаной | 245/5 | 1,62 | 4,7 | 9,62 | 87,5 |
| Гуляш из отварного мяса | 100 | 14,44 | 14,11 | 5,22 | 205,55 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | 9,84 | 6,72 | 43,1 | 272,4 |
| Компот из свежих плодов | 200 | 0,15 | 0,14 | 20,0 | 81,1 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр. | 70 | 3,29 | 1,54 | 34,82 | 126,0 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 20 | 1,45 | 0,5 | 9,85 | 50,6 |
| Молоко в инд.упаковке, 3,2% жирности | 200 | 5,8 | 6,4 | 9,4 | 120,0 |
| Кондитерские изделия | 40 | 3,6 | 5,8 | 30,5 | 190,3 |
| **Итого:** | **1160** | **41,69** | **45,11** | **171,84** | **1223,45** |

**Заведующий производством** Дмитриева