

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 101

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

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

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликова У.Ю.

«30» 04

2026 г

МЕНЮ 2 неделя 4 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Макароны с сыром	150	7,1	15,9	27,1	241
Кофейный напиток	200	1,35	1,17	20,2	96,3
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
Фрукты свежие в ассортименте	130	1	0,3	9,8	49,4
Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125	4	3,1	13	100
Итого:	645	16,35	21,47	89,8	587,9
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Огурец солёный	60	0,66	0,12	2,28	13,2
Суп из овощей со сметаной	200/5	2,4	3,36	8,16	72,8
Шницель рыбный натуральный	100	17,8	13,4	9	228
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141
Кондитерские изделия	20	1,8	2,9	15,25	95,15
Компот из смеси сухофруктов	200	0,54	0,09	28,53	117,9
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
Итого:	775	28,18	26,15	103,42	740,05
Итого за день:		44,53	47,62	193,22	1327,95
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Огурец солёный	100	1,1	0,2	3,8	22
Суп из овощей со сметаной	250/5	3	4,2	10,2	91
Шницель рыбный натуральный	100	17,8	13,4	9	228
Пюре картофельное	180	3,72	6,48	24,36	169,2
Йогурт фруктовый в индивидуальной упаковке 2,5 %	125	4	3,1	13	100
Компот из смеси сухофруктов	200	0,54	0,09	28,53	117,9
Батон обогащенный микронутриентами	40	2,9	1	19,7	101,2
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,88	0,88	19,9	72
Итого комплексный обед:	1040	34,94	29,35	128,49	901,3

Заведующий производством