

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №
Ф.И.О.

Иванова



УТВЕРЖДЕНО

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



2026 г

МЕНЮ - неделя 5 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Запеканка из творога(творог, крупа манная, соль,сахар, яйцо, масло растительное)	40	7,33	5,20	7,20	102,50
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным (крупа манная, сахар, соль, молоко)	160	5,20	7,10	26,70	224,00
Чай с вареньем (чай-заварка, варенье, вода)	180	0,20	0,00	14,70	58,30
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Итого завтрак:		17,80	16,04	69,11	543,36
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Винегрет овощной (картофель, свёкла, морковь, огурцы солёные, соль, масло растительное)	60	0,86	6,10	5,64	77,53
Суп с крупой и говядиной (крупа рисовая или перловая, морковь, лук репчатый, говядина, соль, масло растительное)	200/10	2,75	5,60	16,70	189,30
Сердце в соусе (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, мука пшеничная, сметана, масло сливочное, томатная паста)	100	11,41	7,48	5,00	118,11
Каша гречневая рассыпчатая (гречневая крупа, соль)	150	7,72	6,40	36,98	206,00
Напиток из плодов шиповника(сухие плоды шиповника, сахар)	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшенич. обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		26,93	26,55	108,85	822,32
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Винегрет овощной (картофель, свёкла, морковь, огурцы солёные, соль, масло растительное)	100	1,40	7,20	6,69	97,83
Суп с крупой и говядиной (крупа рисовая или перловая, морковь, лук репчатый, говядина, соль, масло растительное)	250/10	4,88	6,80	20,79	201,36
Сердце в соусе (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, мука пшеничная, сметана, масло сливочное, томатная паста)	100	11,41	7,48	5,00	118,11
Каша гречневая рассыпчатая (гречневая крупа, соль)	180	8,80	7,15	39,00	239,45
Напиток из плодов шиповника(сухие плоды шиповника, сахар)	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшенич. обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Итого комплексный обед:		35,16	35,89	139,71	1065,18

Заведующий производством