

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ



О "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №



М Е Н Ю

26 СЕНТЯБРЯ 2022 года  
1 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ . . . . .	10/15	1.1	8.4	7.5	110.0
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5.6	6.4	24.8	179
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК. . . . .	200	1.5	1.3	22.4	107.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНАМИ	25	2.0	1.1	13.0	70.4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0.8	6.1	4.0	73.8
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФ.	200	3.1	2.2	15.2	93.6
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ . . . . .	250	22.1	20.9	31.0	342.1
НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ . . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105
БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ . . . . .	50	3.2	6.9	26.1	180
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. .	25	2.0	1.1	13.0	70.44

Зам. дир-ра столовой №3

Зав.пр-вом

Калькулятор

Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

26 СЕНТЯБРЯ 2022 года  
1 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов



ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫ	100	1.4	10.1	6.6	123.0
СУП КАРТОФ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	3.9	2.8	19.0	117.0
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ . . . . .	250	22.0	20.9	31.0	342.1
НАПИТОК ИЗ АПЕЛЬСИНОВ . . . . .	200	0.2	0.0	25.7	105.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ .	40	3.2	1.8	20.7	115.0
ЙОГУРТ В ИНД. УПАК 2.5% ЖИРНОСТИ . .	100	3.7	2.5	4.9	87.0

Директор \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ № 3

АО «КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"»



СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

27 СЕНТЯБРЯ 2022 года

2 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ОВОЩНОЙ С ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ ОТВАРИ	80/20	2.8	7.3	6.0	90.7
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ . . . . .	250/25	2.2	2.9	8.2	136.5
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ТУШЕНАЯ СОУС СМЕТАННЫ	100	10.9	15.1	5.9	151.7
МАКАРОНЫ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ . . . . .	180	6.6	5.7	37.6	229.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ . . . . .	200	0.6	0.1	31.7	131.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ.	40	3.2	1.9	20.7	115.0

Дир-р

Зав.пр

Калькулятор





Утверждаю

Директор

ГБОУ

Специального

образовательного учреждения

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

«Комбинат социального питания "Охта"»

Санкт-Петербурга

с/у

№ 03

«Правительство Санкт-Петербурга»

Ирина Александровна  
КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ " ОХТА "

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

29 СЕНТЯБРЯ 2022 года  
4 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов


ЗАВТРАК


Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ . . . . .	10/15	1.1	8.4	7.5	110.0
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ . . . . .	150	14.4	23.8	2.7	283.4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ . . . . .	200/7	0.3	0.1	15.2	62.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНАМИ	25	2.0	1.1	13.0	70.4
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ . . . . .	100	0.4	0.4	9.8	44.4

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ . . . . .	60	2.5	4.8	6.0	78.0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ .	200/10	6.2	3.7	22.8	149.3
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ . .	80/50	11.2	8.4	12.5	177.3
РИС ОТВАРНОЙ . . . . .	150	3.7	6.3	32.8	203.0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ . . . . .	200	0.1	0.1	26.4	108.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ . .	25	2.0	1.1	13.0	70.4

Дир-р 

Зав. пр. 

Калькулятор 



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ



КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

29 СЕНТЯБРЯ 2022 года

4 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов



ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
Икра свекольная . . . . .	100	4.2	8.1	10.1	130.
Суп картофельный с горохом, гречками .	250/10	7.5	4.6	26.5	178.0
Фрикадельки из птицы соус молочный. .	80/50	11.2	8.4	12.5	177.3
Рис отварной . . . . .	180	4.4	7.5	39.3	243.6
Напиток яблочный. . . . .	200	0.1	0.1	26.4	108.
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
Батон обогащенный_микронутриентами. .	40	3.2	1.9	20.7	115.0

ДИР-Р

Зав. пр.

Калькулятор



Утверждаю

Директор

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

СШ № 1

Санкт-Петербург

ГБОУ

ОАО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3

ШКОЛА №

М Е Н Ю

30 СЕНТЯБРЯ 2022 года

5 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ. . . . .	20/15	1.1	0.2	21.9	94.5
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ. . . . .	150	8.5	11.0	52.6	317.0
ЧАЙ С САХАРОМ . . . . .	200	0.2	0.1	15.0	60.0
БАНАН_СВЕЖИЙ. . . . .	200	3.0	1.0	27.7	192.0

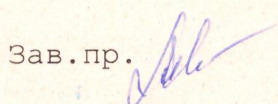
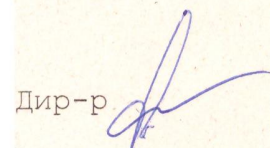
ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ . . . . .	60	0.9	3.0	4.6	49.8
БОРЩ СВ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАН	200/10/5	5.0	6.1	12.7	115.0
РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ					
СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫМ . . . . .	230	14.1	14.2	22.9	304.4
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .	200	0.5	0.1	28.1	116.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . . . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. . . . .	25	2.0	1.1	13.0	70.4

Дир-р

Зав.пр.

Бух-р



Утверждаю  
Директор  
ГБОУ СОШ



И.И. Семенова  
ГБОУ СОШ "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

30 СЕНТЯБРЯ 2022 года  
5 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся старших классов

ОБЕД

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ . . . . .	100	1.6	5.1	7.7	83.0
БОРЩ СВ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ СМЕТАНОЙ	250/10/5	1.9	2.6	9.1	107.8
РЫБА ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫМ . . . . .	300	19.9	20.9	34.8	371.6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА . . . . .	200	0.5	0.1	28.1	116.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40	3.2	1.9	20.7	115.0
МАНДАРИН_СВЕЖИЙ. . . . .	100	0.8	0.0	7.5	38.0

Дир-р

Зав. пр

Бух-р



*Александрова*



СТОЛОВАЯ № 3 ШКОЛА №

М Е Н Ю

01 ОКТЯБРЯ 2022 года  
6 ДЕНЬ

Льготное питание для старших классов

Обед

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ СЫРА, ЯБЛОК, ОГУРЦОВ . . . . .	100	9.1	13.7	3.5	174
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ . . . . .	250	2.3	5.0	12.4	107.0
МЯСО ДУХОВОЕ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ. . .	300	16.2	15.5	31.0	320.
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ. . . . .	200	0.5	0.1	34.0	141
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	92.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ. .	40	3.2	1.9	20.7	115.0

Дир-р *[Signature]*

Зав. пр. *[Signature]*

Бухгалтер *[Signature]*