

СОГЛАСОВАНО
Директор школы №
Ф.И.О.



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

2026 г

МЕНЮ 1 неделя 4 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
<u>ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)</u>					
Запеканка из творога(творог, крупа манная, соль,сахар, яйцо, масло растительное)	40	7,33	5,20	7,20	102,50
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") с маслом сливочным (крупа пшено, крупа рис ,молоко, соль,сахар, масло сливочное)	160	5,10	8,56	25,40	225,00
Чай с вареньем (чай-заварка, варенье)	180	0,20	0,00	14,70	58,30
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Итого завтрак:		17,7	17,5	67,81	544,36
<u>ОБЕД (7-11 ЛЕТ)</u>					
Салат «Яркий» (свежая капуста, кукуруза консерв. и масло растительное)	60	1,05	6,06	3,27	61,39
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	200/20	4,87	2,80	20,40	128,00
Рагу из ПТИЦЫ(картофель,морковь, тыква,томатная паста, мука пшеничная, масло растительное, петрушка, мясо птицы)	240	11,90	13,50	25,17	342,10
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	60	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		25,12	24,34	109,68	821,47
<u>КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)</u>					
Салат «Яркий» (свежая капуста, кукуруза консерв. и масло растительное)	100	1,15	6,70	10,45	92,32
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	250/20	6,46	3,05	25,60	149,00
Рагу из ПТИЦЫ(картофель,морковь, тыква,томатная паста, мука пшеничная, масло растительное, петрушка, мясо птицы)	280	15,45	18,07	35,64	392,30
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
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-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Итого комплексный обед:		31,96	35,89	150,04	1073,59

Заведующий производством