Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

Зарецкая Инесса Владимировна
Зарецкая Инесса Владимировна
2026.11.02 12:53:03+03'00'

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«5» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
9 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	150,00	14,45	23,85	2,73	283,37
Какао с молоком	200,00	2,90	2,50	24,80	133,30
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**505,00**	**24,38**	**32,14**	**52,96**	**598,62**
ОБЕД					
Икра свекольная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с фасолью и мясом	205	6,38	4,44	14,88	125,60
Биточки с луком запеченные	90	14,13	20,25	11,88	286,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,60
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**785,00**	**33,49**	**37,15**	**125,96**	**972,75**
Всего за день		**57,87**	**69,29**	**178,92**	**1 571,37**

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
10 ДЕНЬ ОБЕД

Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью и мясом	265	6,40	4,50	18,60	140,50
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	180,00	4,32	5,52	45,23	247,88
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Всего за день	**1040,00**	**39,30**	**44,30**	**155,86**	**1179,34**

Зав.производством_____ Калькулятор_____ Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания» «Охта» Санкт-Петербург Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарицкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«6» ноября 2026 года

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 10 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("ДРУЖБА") с маслом сливочным	150,00	4,60	7,50	20,10	166,50
Чай с сахаром и лимоном	207,00	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**517,00**	**8,50**	**13,36**	**80,60**	**476,84**
ОБЕД					
Салат витаминный (1 вариант)	60	0,72	3,12	5,70	53,76
Суп картофельный с рыбой	220	6,54	2,40	15,36	109,20
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	240	19,39	19,00	42,82	420,48
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**800,00**	**33,35**	**27,42**	**134,58**	**920,04**
Всего за день		**41,85**	**40,78**	**215,18**	**1 396,88**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 11 ДЕНЬ ОБЕД					
Салат витаминный (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с рыбой	275	8,17	3,00	19,20	136,29
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	280	22,62	22,17	49,95	489,81
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	**1055,00**	**40,54**	**34,12**	**168,95**	**1145,75**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Столовая № 4 Санкт-Петербург

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«9» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

1 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150,00	5,42	6,67	23,61	176,15
Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	133,30
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье обогащенное	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Итого за завтрак	**525,00**	**16,72**	**17,23**	**93,51**	**595,99**

ОБЕД

Салат из квашеной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Рассольник ленинградский со сметаной и птицей.	210	4,06	6,48	17,20	143,60
Щницель рубленный	90	13,52	14,41	11,72	230,65
Макаронные изделия отварные	150,00	5,50	4,80	31,30	190,40
Напиток из шиповника	200,00	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40,00	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**790,00**	**30,78**	**31,85**	**128,24**	**922,97**
Всего за день		**47,50**	**49,08**	**221,75**	**1 518,96**

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ

1 ДЕНЬ ОБЕД

Салат из квашеной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Рассольник ленинградский со сметаной и птицей.	260	4,06	6,48	17,20	145,80
Щницель рубленный	100	15,02	16,02	13,03	256,38
Макаронные изделия отварные	200,00	7,33	6,40	41,73	253,84
Напиток из шиповника	200,00	0,70	0,30	24,40	103,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Печенье обогащенное	40	3,00	4,00	29,80	167,20
Всего за день	**1100,00**	**39,56**	**42,05**	**191,96**	**1306,97**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ Е.С.Россова

Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«10» ноября 2026 года

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 2 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Запеканка из творога со сгущенным молоком	170,00	26,68	13,60	36,60	375,52
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Фрукты	100	0,53	0,13	5,06	23,53
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**530,00**	**30,61**	**19,29**	**91,66**	**662,69**
ОБЕД					
Салат овощной с яблоками, вареным яйцом	80	2,54	4,91	4,84	73,71
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	210	4,46	6,44	12,10	124,80
Рыба, запеченная в сметанном соусе(гарнир-картофель отварной)	240	17,08	16,93	23,86	307,20
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40,00	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**810,00**	**30,78**	**31,18**	**111,50**	**842,31**
Всего за день		**61,39**	**50,47**	**203,16**	**1 505,00**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 2 ДЕНЬ ОБЕД					
Салат овощной с яблоками, вареным яйцом	120	3,82	7,37	7,26	110,65
Борщ из свежей капусты с картофелем, мясом и сметаной	260	4,46	6,44	12,10	131,24
Рыба, запеченная в сметанном соусе(гарнир-картофель отварной)	300	21,35	21,17	29,82	395,21
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,00	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,53	0,13	5,06	23,53
Всего за день	**1105,00**	**38,31**	**38,56**	**133,54**	**1045,18**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ Е.С.Россова

Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«11» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
3 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150,00	5,42	6,20	24,00	173,48
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**500,00**	**10,42**	**17,36**	**77,20**	**506,72**
ОБЕД					
Винегрет овощной с сельдью с/с	60	3,18	5,82	3,00	78,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и птицей	200/10	5,24	3,60	19,00	114,80
Печень говяжья, тушеная в соусе	120	21,44	13,76	14,23	266,48
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,69	206,56
Напиток лимонный	200,00	0,20	0,00	25,70	103,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40,00	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**820,00**	**39,76**	**30,58**	**138,62**	**975,04**
Всего за день		**50,18**	**47,94**	**215,82**	**1 481,76**

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
3 ДЕНЬ ОБЕД

Винегрет овощной с сельдью с/с	120	6,36	11,64	6,00	154,20
Суп с макаронными изделиями, картофелем и мясом	260	6,02	10,18	19,00	138,20
Печень говяжья, тушеная в соусе сметанном с томатом и луком	140	25,01	16,05	16,61	310,99
Каша гречневая рассыпчатая	180,00	4,32	5,52	45,23	247,88
Напиток лимонный	200,00	0,20	0,00	25,70	103,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	**1100,00**	**49,86**	**47,04**	**171,14**	**1253,92**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ С.С.Россова

Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«12» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
4 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет с сыром	150,00	17,37	27,00	2,49	322,44
Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**512,00**	**24,77**	**32,89**	**43,22**	**567,97**
ОБЕД					
Икра морковная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с горохом, с гренками.	200/20	7,32	3,80	30,68	186,80
Фрикадельки из птицы, соус молочный	90	8,40	6,24	9,36	136,15
Рис отварной	150	3,69	6,30	32,80	202,66
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Итого за обед	**800,00**	**28,79**	**24,20**	**134,34**	**879,87**
Всего за день		**53,56**	**57,09**	**177,56**	**1 447,84**

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
4 ДЕНЬ ОБЕД

Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с горохом, с гренками, с птицей	265	8,56	6,28	26,50	188,60
Фрикадельки из птицы, соус молочный	100	9,33	6,93	10,40	151,28
Рис отварной	180,00	4,43	7,56	39,36	243,20
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Всего за день	**1045,00**	**35,27**	**32,55**	**155,19**	**1056,62**

Зав.производством_____Калькулятор_____Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Санкт-Петербург Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«13» ноября 2026 года

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 5 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150,00	4,93	7,26	18,28	158,18
Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,30
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Вафли обогащенные	20	0,60	0,70	15,50	70,70
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**530,00**	**10,63**	**15,12**	**100,98**	**582,52**
ОБЕД					
Салат картофельный с солеными огурцами, растительным маслом	60	0,80	4,74	5,10	66,26
Суп крестьянский с крупой и птицей	200/10	4,76	5,38	9,92	106,80
Тефтели рыбные,соус сметанный с томатом	90	6,12	3,69	5,76	80,10
Пюре картофельное	150	3,09	5,40	20,30	142,16
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40,00	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**790,00**	**21,47**	**22,11**	**111,78**	**731,92**
Всего за день		**32,10**	**37,23**	**212,76**	**1 314,44**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 5 ДЕНЬ ОБЕД					
Салат картофельный с солеными огурцами, растительным маслом	100	1,33	7,90	8,50	110,42
Суп крестьянский с крупой и птицей	250/10	5,42	7,15	12,40	128,20
Тефтели рыбные,соус сметанный с томатом	100	6,80	4,10	6,40	89,00
Пюре картофельное	180,00	3,72	6,48	24,36	170,64
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Вафли обогащенные	40,00	1,20	1,40	31,00	141,40
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Всего за день	**1080,00**	**27,02**	**30,88**	**172,46**	**1068,61**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ Е.С.Россова

Столовая № 4 «Охта» Санкт-Петербург

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Загрекова

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«16» ноября 2026 года

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 6 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Каша пшенная молочная с маслом сливочным	150,00	5,41	6,67	23,61	176,11
Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	61,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Печенье обогащенное	20	1,50	2,00	14,90	83,60
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**525,00**	**14,01**	**14,73**	**84,21**	**525,45**
ОБЕД					
Салат из квашенной капусты	60	0,90	3,06	4,62	49,62
Рассольник домашний с птицей и сметаной	210	3,94	5,32	11,76	110,60
Плов из филе птицы	240	13,24	12,19	43,68	330,88
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**790,00**	**24,68**	**23,47**	**130,76**	**827,70**
Всего за день		**38,69**	**38,20**	**214,97**	**1 353,15**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 7 ДЕНЬ ОБЕД					
Салат из квашенной капусты	100	1,50	5,10	7,70	82,70
Рассольник домашний с птицей и сметаной	260	4,66	6,48	14,70	135,60
Плов из филе птицы	280,00	15,45	14,23	51,00	393,87
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Печенье обогащенное	40,00	3,00	4,00	29,80	167,20
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	**1080,00**	**33,16**	**33,56**	**193,50**	**1209,42**

Зав.производством_____Калькулятор_____Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Санкт-Петербург Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«17» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 7 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Наименование	**Выход продукта в гр.**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энерге-тическая ценность**
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Пудинг из творога(запеченый) со сгущенным молоком	160,00	19,20	14,51	27,45	317,19
Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**537,00**	**23,30**	**20,20**	**82,78**	**606,12**
ОБЕД					
Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,74
Суп из овощей со сметаной и мясом	210	2,34	3,28	7,97	70,79
Зразы рубленные из кур с омлетом	90	12,87	13,68	8,69	209,36
Рагу овощное	150	3,40	6,70	13,10	126,30
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**790,00**	**26,55**	**32,72**	**90,72**	**763,59**
Всего за день		**49,85**	**52,92**	**173,50**	**1 369,71**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 8 ДЕНЬ ОБЕД					
Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	122,90
Суп из овощей со сметаной и мясом	260	4,26	5,04	10,20	108,84
Зразы рубленные из кур с омлетом	100,00	14,30	15,20	9,66	232,64
Рагу овощное	180,00	4,07	8,04	15,72	151,52
Сок фруктовый	200	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,60	0,13	5,13	24,09
Всего за день	**1040,00**	**35,18**	**42,06**	**113,61**	**971,34**

Зав.производством_____Калькулятор_____Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Санкт-Петербург Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 И.В. Гарелина

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«18» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ
8 ДЕНЬ ЗАВТРАК

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
Бутерброд с маслом	25	1,10	8,40	7,50	110,00
Каша рисовая жидкая с маслом	150,00	3,77	6,09	20,90	153,49
Кофейный напиток	200,00	1,50	1,30	22,40	107,30
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**500,00**	**8,77**	**17,35**	**73,60**	**485,63**
ОБЕД					
Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	60	1,64	4,23	5,76	67,67
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	210	3,54	5,16	4,16	77,80
Рыба тушеная в томате с овощами	90	9,81	4,32	3,69	92,70
Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	147,90
Компот из сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**790,00**	**24,59**	**21,31**	**107,81**	**722,67**
Всего за день		**33,36**	**38,66**	**181,41**	**1 208,30**

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
9 ДЕНЬ ОБЕД

Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	100	2,74	7,06	9,60	112,90
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и птицей	260	3,10	5,60	8,00	94,80
Рыба тушеная в томате с овощами	100	10,90	4,80	4,10	103,00
Картофель отварной	180,00	3,48	5,64	28,20	177,48
Компот из сухофруктов	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Всего за день	**1040,00**	**28,77**	**26,95**	**139,70**	**917,13**

Зав.производством_____Калькулятор_____Т.С.Россова

1из1

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 _____ И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«19» ноября 2026 года

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 9 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Наименование	**Выход продукта в гр.**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Энерге-тическая ценность**
Бутерброд с сыром	30	4,50	4,50	7,40	88,10
Омлет натуральный	150,00	14,45	23,85	2,73	283,37
Какао с молоком	200,00	2,90	2,50	24,80	133,30
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**505,00**	**24,38**	**32,14**	**52,96**	**598,62**
ОБЕД					
Икра свекольная	60	2,28	4,86	4,50	70,86
Суп картофельный с фасолью и мясом	205	6,38	4,44	14,88	125,60
Биточки с луком запеченные	90	14,13	20,25	11,88	286,29
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,60
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**785,00**	**33,49**	**37,15**	**125,96**	**972,75**
Всего за день		**57,87**	**69,29**	**178,92**	**1 571,37**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 10 ДЕНЬ ОБЕД					
Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,10
Суп картофельный с фасолью и мясом	265	6,40	4,50	18,60	140,50
Биточки с луком запеченные	100	15,70	22,50	13,20	318,10
Каша гречневая рассыпчатая	180,00	4,32	5,52	45,23	247,88
Сок фруктовый	200,00	1,00	0,20	18,00	77,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Фрукты	100	0,53	0,13	5,03	23,41
Всего за день	**1040,00**	**39,30**	**44,30**	**155,86**	**1179,34**

Зав.производством _____ Калькулятор _____ Е.С.Россова

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Охта» Санкт-Петербург Столовая № 4

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 405 И.В. Зарецкая

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

М Е Н Ю

«20» ноября 2026 года

Наименование	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энерге-тическая ценность
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ 10 ДЕНЬ ЗАВТРАК					
Бутерброд с джемом	35	1,20	4,30	22,00	131,50
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("ДРУЖБА") с маслом сливочным	150,00	4,60	7,50	20,10	166,50
Чай с сахаром и лимоном	207,00	0,30	0,10	15,20	62,90
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Батон обогащенный	25	2,00	1,16	13,00	70,44
Итого за завтрак	**517,00**	**8,50**	**13,36**	**80,60**	**476,84**
ОБЕД					
Салат витаминный (1 вариант)	60	0,72	3,12	5,70	53,76
Суп картофельный с рыбой	220	6,54	2,40	15,36	109,20
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	240	19,39	19,00	42,82	420,48
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	3,20	1,70	20,40	109,70
Батон обогащенный	40	2,90	1,10	18,60	95,90
Итого за обед	**800,00**	**33,35**	**27,42**	**134,58**	**920,04**
Всего за день		**41,85**	**40,78**	**215,18**	**1 396,88**
ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 11 ДЕНЬ ОБЕД					
Салат витаминный (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	89,60
Суп картофельный с рыбой	275	8,17	3,00	19,20	136,29
Запеканка картофельная с субпродуктами(печенью говяжьей)	280	22,62	22,17	49,95	489,81
Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,60	0,10	31,70	131,00
Батон обогащенный	60,00	4,35	1,65	27,90	143,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40,00	3,20	1,70	20,40	109,70
Фрукты	100	0,40	0,30	10,30	45,50
Всего за день	**1055,00**	**40,54**	**34,12**	**168,95**	**1145,75**

Зав.производством_____Калькулятор_____Е.С.Россова

Акционерное общество "Комбинат социального питания" Столовая № 4 "Охта" Санкт-Петербург