

УТВЕРЖДАЮ:
 Руководитель общеобразовательного учреждения/ВРМО/  /Пузырева Н.В./

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

ГБОУ СОШ № 386 Кировского района г. Санкт-Петербурга


19-Сентября-2023 г.

М Е Н Ю

| Рецептура | Завтрак (младшие классы) | В ы х о д | | | | | Энерг. ценн. Ккал |
|------------|------------------------------------|-----------|------------|-----------|---------------|--------|-------------------|
| | | (г) | Бел-ки (г) | Жи-ры (г) | Угле-воды (г) | | |
| ТТКМ176 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1.2 | 2.3 | 11.2 | 132 | |
| 210/15 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 150 | 13.9 | 17.4 | 2.8 | 289 | |
| 430/08 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0.2 | 0.1 | 15.0 | 60 | |
| К/К | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 1.9 | 0.7 | 16.4 | 78 | |
| К/К | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | |
| Цена 96.90 | | 515 | 18.10 | 20.70 | 53.50 | 602.00 | |

| Рецептура | Обед (младшие классы) | В ы х о д | | | | | Энерг. ценн. Ккал |
|-------------------|---|-----------|------------|-----------|---------------|---------|-------------------|
| | | (г) | Бел-ки (г) | Жи-ры (г) | Угле-воды (г) | | |
| ТТКМ237 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ | 60 | 0.5 | 2.4 | 4.37 | 40.7 | |
| 92/2008 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/20 | 6.2 | 3.0 | 16 | 119 | |
| 297/15 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ КУР | 90 | 9.7 | 15.2 | 6.6 | 201 | |
| 331/08 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5.5 | 4.8 | 31.3 | 191 | |
| 436/08 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 0.2 | 0 | 25.7 | 105 | |
| К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 40 | 2.7 | 0.32 | 17.0 | 90 | |
| К/К | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 1.9 | 0.7 | 16.4 | 78 | |
| Цена 145.30 | | 785 | 26.70 | 26.42 | 117.37 | 824.70 | |
| Итого за день ... | | 1300 | 44.80 | 47.12 | 170.87 | 1426.70 | |

| Рецептура | Обед (старшие классы) | В ы х о д | | | | | Энерг. ценн. Ккал |
|-----------------|---|-----------|------------|-----------|---------------|---------|-------------------|
| | | (г) | Бел-ки (г) | Жи-ры (г) | Угле-воды (г) | | |
| ТТКМ238 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕРНОСЛИВОМ | 130 | 1.1 | 5.2 | 9.4 | 88.2 | |
| 92/2008 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ, С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 250/20 | 7.2 | 5.6 | 18 | 122 | |
| 314/366 2008 | КОТЛЕТЫ РУВЛЕННЫЕ ИЗ КУР, СОУС МОЛОЧНЫЙ | 100/50 | 14.6 | 22.9 | 8.6 | 264 | |
| 331/08 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ | 200 | 7.34 | 6.4 | 41.74 | 254.67 | |
| 402/08 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0.6 | 0.1 | 31.7 | 131 | |
| К/К | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 60 | 4.05 | 0.48 | 25.5 | 135 | |
| К/К | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 25 | 1.9 | 0.7 | 16.4 | 78 | |
| 471/08 | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА | 100 | 8.2 | 6.0 | 54.4 | 304.0 | |
| К/К | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0.9 | 0.2 | 8.1 | 43 | |
| Цена 284.70 | | 1235 | 45.89 | 47.58 | 213.84 | 1419.87 | |

Директор 
 Клименкова А.А. /

Зав. производством
 /Иванова Е.В.

Калькулятор
 /Ковалева Н.Г. / 