

М.П.

Ген директор Вихрова Н.Ю.

Директор
ГБОУ школы № 525
Колычева Е.И.

Меню

" "

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

1 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша вязкая гречневая	150	6,80	3,00	26,90	162,00
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/20/5	7,10	11,20	9,90	179,00
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,30	0,10	15,20	62,00
Фрукты свежие	100	0,30	0,00	20,60	40,00
итого завтрак		14,50	14,3	72,6	443,0
обед					
Огурец соленый (порционно)	60	0,2		4,3	8
Борщ из свежей капусты с картофелем, свиной и сметаной	200/10/5	6,5	8,7	12,1	127,1
Котлеты рубленые из птицы	100	18,6	14,2	17	270
Рагу овощное	150	3,5	6,7	11,5	119
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	0,6	0,1	31,7	131
Булочка "Творожная"	50	5,9	2,8	15,1	144
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный	25	1,9	0,7	15,9	66
Итого за Обед		38,9	33,4	118,2	916,1
Итого за день		53,4	47,7	190,8	1359,1

Зав.производством:

М.П.

Ген. Директор Вихрова Н.Ю.

Директор
ГБОУ школа № 523
Полякова Е.П.

Меню

" "

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

2 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Макароны с сыром	150/15	8,5	16,8	33,2	267,9
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134
Яблоко свежее	100	0,3	0	8,6	40
итого завтрак		13,4	23,6	91,4	581,1
обед					
Салат витаминный с растительным маслом (до 28.02) / Салат из квашеной капусты с зеленым луком (с 01.03)	60	0,9	9,1	5,1	105,6
Суп картофельный	200	2,9	2,3	15,4	94
Плов из филе птицы	200	21,6	18,4	41,2	430
Напиток клюквенный с витамином С	200	0,1	0,1	24,9	103
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		29,1	30,8	113,1	849,6
итого за день		42,5	54,4	204,5	1430,7

Зав.производством:

Меню

" " 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

3 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	22,6	18,6	47,6	426,7
Бутерброд с маслом	25/10	2	9	7,5	141
Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		25,2	27,7	90,9	669,7
обед					
Салат "Свеколка"	60	4,8	6,1	9,1	110,4
Щи из свежей капусты с курой и сметаной	200/10/5	5,4	5,6	5,6	86
Биточки рыбные	90	11,9	5,6	13,7	150,7
Пюре картофельное	150	3,1	5,4	20,3	141
Компот из свежих яблок с витамином С	200	0,2	0,2	27,9	115
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		29,0	23,8	103,1	720,1
итого за день		54,2	52,0	194,0	1389,8

Зав.производством:



Меню

" " 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

4 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша рисовая с маслом сливочным	150/5	3,9	6,3	21,6	159
Бутерброд горячий с сыром	30/5/25	7,5	11,2	14,1	187
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		13,2	18,8	78,7	493
обед					
Винегрет овощной с маслом растительным с сельдью (с зелёным луком с 01.03)	60/20	4,3	7,8	4	104
Суп картофельный с горохом	200	6,4	4,5	18,6	141
Рулет из говядины с луком и яйцом	100	11,3	11,0	9,7	216,0
Овощи, припущенные в молочном соусе	150	2,3	6,2	9	69
Кисель плодово-ягодный с витамином "С"	200	0,1	0,1	27,9	113
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		28,0	30,5	95,7	760
итого за день		41,2	49,3	174,4	1253



Меню

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

5 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	5,6	6,4	24,8	179
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Чай с сахаром и лимоном	200/5	0,3	0,1	15,2	62
Яблоко свежее	100	0,3		8,6	40
итого завтрак		7,9	10,8	73,4	420,2
обед					
Икра морковная	60	1,1	4,5	5,3	65,5
Суп из овощей со сметаной	200/5	3	4,2	10,2	91
Тефтели из говядины, соус томатный	100/20	14,3	16,7	25,4	310,8
Каша гречневая рассыпчатая	150	3,6	4,6	37,7	206
Сок фруктовый	200	1	0,1	37,8	86
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		26,6	31,0	142,9	876,3
итого за день		34,5	41,8	216,3	1296,5

Зав.производством:

М.П.

Ген. Директор Вихрова Н.Ю.



Меню

" "

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

6 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Макароны с сыром	150/15	8,5	16,8	33,2	267,9
Бутерброд с маслом	25/10	2	9	7,5	141
Чай с молоком	200	1,6	1,7	7,9	52,8
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		12,4	27,5	69,2	501,7
обед					
Огурец соленый (порционно)	60	0,2	0	4,3	8
Суп крестьянский с крупой и свиной	200/10	4,9	7,2	9,9	123,1
Рыба, запеченная с яйцом	100	11,5	4,1	12,6	150,1
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,7	23,5	148
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103
Булочка "Творожная"	50	5,9	2,8	15,1	144
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		29,7	20,0	116,3	793,2
итого за день		42,1	47,5	185,5	1294,9

Зав.производством:

М.П.

Ген. Директор Вихрова Н.Ю.

Согласовано

Меню



" "

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

7 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша "Дружба" из пшена с рисом молочная жидкая	155	4,8	7,8	20,8	173,6
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107
Яблоко свежее	100	0,3	0	8,6	40
итого завтрак		8,3	13,4	76,6	459,8
обед					
Салат "Степной" из разных овощей с маслом растительным (до 28.02) / Салат из отварной моркови с яблоком, с маслом растительным (с 01.03)	60	2,2	6,1	4,7	82,2
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	200/5	6,8	5,7	7,4	112,7
Котлеты рубленные из птицы	100	18,6	14,2	17,0	270
Рагу из овощей	150	3,2	11,7	12,1	167,3
Кисель плодово-ягодный с витамином С	200	0,1	0,1	27,9	113
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		34,5	38,7	95,6	862,2
итого за день		42,8	52,1	172,2	1322

Зав.производством:

М.П.

Ген. Директор Вихрова Н.Ю.



Меню

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

8 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Омлет натуральный	150	10,6	17,5	2	208
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/20	5,4	8,7	21,9	131
Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		16,6	26,3	59,7	441
обед					
Салат "Свеколка"	60	4,8	6,1	9,1	110,4
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/5	6,1	5,8	17,2	163
Печень по-строгановски	120	18,0	10,6	3,6	182,9
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	0,6	0,1	31,7	131
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		38,6	28,3	119,4	895,3
итого за день		55,2	54,6	179,1	1336,3

Зав.производством:

М.П.

Директор Вихрова Н.Ю.

Директор
ГБОУ школа № 525

Должикова Е.П.

Меню

" "

2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

9 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	4,6	6,2	20,7	157
Бутерброд горячий с сыром	30/5/25	7,5	11,2	14,1	187
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
Яблоко свежее	100	0,33	0	8,6	40
итого завтрак		12,7	17,5	58,6	446
обед					
Салат овощной с маслом растительным	60	1,2	3,0	5,6	54,8
Борщ с картофелем, свининой и сметаной	200/10/5	4,5	9,8	15,6	139,1
Котлета рыбная любительская	100	13,7	3,7	6,4	111,5
Пюре картофельное с морковью	150	4,7	5,8	18,8	138,8
Напиток лимонный с витамином С	200	0,2	0	25,7	105
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		27,9	23,2	98,6	666,2
итого за день		40,6	40,7	157,2	1112,2

Зав.производством:



М.П.
Ген. Директор Вихрова Н.Ю.

Меню

2021 год

Согласовано

Директор
ГБОУ школа № 525
Колыкова Е.А.



льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

10 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	22,6	18,6	47,6	426,7
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Чай с молоком	200	1,6	1,7	7,9	52,8
Фрукты свежие	100	0,33	0,0	20,6	40,0
итого завтрак		26,2	24,6	100,9	658,7
обед					
Салат "Здоровье" из отварной свеклы, моркови, зелёного горошка	60	1,1	5,0	4,9	68,2
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,9	3,0	2,0	121
Птица, тушенная в сметанном соусе	120	14,7	8,0	4,3	192
Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203
Сок фруктовый	200	1	0,1	37,8	86
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		28,0	23,3	108,3	787,2
итого за день		54,2	47,9	209,2	1445,9

Зав.производством: