

Согласовано:  
Директор ГБОУ СОШ № 237  
Красносельского района Санкт-Петербурга



Морарь И.Г.

Утверждено:  
Директором по питанию  
АО "КСП Красносельского района"



Кибенко Н.Г.

## МЕНЮ

1 неделя 2 день

01.09.2026

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2026 год                                                                                                             | 114,50 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Макароны отварные с сыром</b><br>макаронные изделия, соль йодированная, сыр, масло сливочное                                                           | 12,78  | 15,69 | 43,81 | 304,44   | 150/15 |          |
| <b>Чай с сахаром</b><br>чай чёрный байховый чернoлистой, сахар                                                                                            | 0,10   | 0,00  | 7,00  | 29,00    | 200    |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                           | 1,50   | 0,58  | 10,28 | 52,20    | 20     |          |
| <b>Мандарин свежий</b><br>Мандарин свежий                                                                                                                 | 0,80   | 0,20  | 7,50  | 35,00    | 100    |          |
| <b>Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%</b><br>Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 3,50   | 3,13  | 16,25 | 107,50   | 125    |          |

| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2026 год                                                                                                                                                     | 171,80 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.   | Выход, г |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|----------|----------|
| <b>Винегрет овощной (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)</b><br>картофель, свекла, морковь, огурцы соленные, лук репчатый/лук зеленый, масло растительное, соль йодированная  | 0,72   | 6,06  | 3,54  | 72,00    | 60       |          |
| <b>Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и со сметаной</b><br>говядина, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, лавровый лист, сметана, соль йодированная | 4,26   | 6,01  | 7,07  | 99,80    | 200/10/5 |          |
| <b>Минтай, запеченный под белым соусом</b><br>филе минтая, масло растительное, мука пшеничная, лук репчатый, соль йодированная, сыр                                                            | 11,80  | 3,40  | 2,80  | 92,00    | 100      |          |
| <b>Рис отварной</b><br>крупа рисовая, соль, сливочное масло                                                                                                                                    | 2,70   | 6,80  | 33,10 | 205,00   | 150      |          |
| <b>Компот из сухофруктов</b><br>компотная смесь из сухофруктов, сахар                                                                                                                          | 0,60   | 0,07  | 17,00 | 71,00    | 200      |          |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                                  | 2,72   | 0,52  | 15,92 | 79,20    | 40       |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                                                                | 4,13   | 1,60  | 28,27 | 143,55   | 55       |          |

| Завтрак обучающихся в 5-11 классах на 2026 год                                                                                                            | 134,60 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Макароны отварные с сыром</b><br>макаронные изделия, соль йодированная, сыр, масло сливочное                                                           | 17,04  | 20,14 | 58,41 | 405,92   | 200/20 |          |
| <b>Чай с сахаром</b><br>чай черный байховый чернoлистой, сахар                                                                                            | 0,10   | 0,00  | 7,00  | 29,00    | 200    |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                           | 1,50   | 0,58  | 10,28 | 52,20    | 20     |          |
| <b>Мандарин свежий</b><br>Мандарин свежий                                                                                                                 | 0,80   | 0,20  | 7,50  | 35,00    | 100    |          |
| <b>Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%</b><br>Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 3,50   | 3,13  | 16,25 | 107,50   | 125    |          |

| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2026 год                                                                                                                                                    | 201,80 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор.   | Выход, г |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|-------|-------|----------|----------|----------|
| <b>Винегрет овощной (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)</b><br>картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, лук репчатый/лук зеленый, масло растительное, соль йодированная   | 1,20   | 10,10 | 5,90  | 120,00   | 100      |          |
| <b>Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и со сметаной</b><br>говядина, капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, лавровый лист, сметана, соль йодированная | 4,60   | 6,79  | 8,71  | 114,80   | 250/10/5 |          |
| <b>Минтай, запеченный под белым соусом</b><br>филе минтая, масло растительное, мука пшеничная, лук репчатый, соль йодированная, сыр                                                            | 11,80  | 3,40  | 2,80  | 92,00    | 100      |          |
| <b>Рис отварной</b><br>крупа рисовая, соль, сливочное масло                                                                                                                                    | 3,24   | 8,16  | 39,72 | 246,00   | 180      |          |
| <b>Компот из сухофруктов</b><br>компотная смесь из сухофруктов, сахар                                                                                                                          | 0,60   | 0,07  | 17,00 | 71,00    | 200      |          |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b><br>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                                                  | 4,08   | 0,78  | 23,88 | 118,80   | 60       |          |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b><br>Батон обогащенный микронутриентами                                                                                                                | 5,25   | 2,03  | 35,98 | 182,70   | 70       |          |

Главный технолог

Горбатова А.А.

Зав. производством

Куркина Е.А.