

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

Морарь И.Т.

Утверждено:  
Директором по питанию  
АО "КСП Красносельского района"  
Кибенко Н.Г.

## МЕНЮ

2 неделя

9 день

23.09.2026

| Завтрак обучающихся в 1-4 классах на 2026 год               |  | 114,50 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Омлет натуральный</b>                                    |  |        |       |       |          |        |          |
| яйцо куриное, соль йодированная, масло растительное, молоко |  |        | 11,12 | 10,50 | 26,33    | 234,31 | 150      |
| <b>Чай с сахаром</b>                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| чай черный байховый черноплодовой, сахар                    |  |        | 0,10  | 0,00  | 7,00     | 29,00  | 200      |
| <b>Бутерброд с маслом</b>                                   |  |        |       |       |          |        |          |
| Батон обогащенный микронутриентами, масло сливочное         |  |        | 1,55  | 4,73  | 10,33    | 89,70  | 20/5     |
| <b>Яблоко свежее</b>                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| Яблоко свежее                                               |  |        | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,40  | 100      |
| <b>Печенье</b>                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| Печенье                                                     |  |        | 2,25  | 2,94  | 22,32    | 124,50 | 30       |

| Обед обучающихся в 1-4 классах на 2026 год                                                          |  | 171,80 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Салат из квашеной капусты с яблоками</b>                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| капуста квашенная, яблоки свежие, масло растительное                                                |  |        | 0,60  | 3,72  | 3,60     | 50,40  | 60       |
| <b>Суп картофельный с крупой и рыбой</b>                                                            |  |        |       |       |          |        |          |
| филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупа перловая  |  |        | 3,92  | 2,14  | 14,88    | 94,40  | 200/10   |
| <b>Плов из птицы</b>                                                                                |  |        |       |       |          |        |          |
| курица, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная |  |        | 14,20 | 17,10 | 25,20    | 311,00 | 240      |
| <b>Компот из свежих яблок</b>                                                                       |  |        |       |       |          |        |          |
| яблоки свежие, сахар, лимонная кислота                                                              |  |        | 0,15  | 0,14  | 19,90    | 82,00  | 200      |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>                                            |  |        |       |       |          |        |          |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                   |  |        | 2,72  | 0,52  | 15,92    | 79,20  | 40       |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>                                                           |  |        |       |       |          |        |          |
| 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>Омлет натуральный</b>                                    |  |        |       |       |          |        |          |
| яйцо куриное, соль йодированная, масло растительное, молоко |  |        | 14,83 | 14,00 | 35,10    | 312,41 | 200      |
| <b>Чай с сахаром</b>                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| чай черный байховый черноплодовой, сахар                    |  |        | 0,10  | 0,00  | 7,00     | 29,00  | 200      |
| <b>Бутерброд с маслом</b>                                   |  |        |       |       |          |        |          |
| Батон обогащенный микронутриентами, масло сливочное         |  |        | 1,55  | 4,73  | 10,33    | 89,70  | 20/5     |
| <b>Яблоко свежее</b>                                        |  |        |       |       |          |        |          |
| Яблоко свежее                                               |  |        | 0,40  | 0,40  | 9,80     | 44,40  | 100      |
| <b>Печенье</b>                                              |  |        |       |       |          |        |          |
| Печенье                                                     |  |        | 2,25  | 2,94  | 22,32    | 124,50 | 30       |

| Обед обучающихся в 5-11 классах на 2026 год                                                         |  | 201,80 | Белки | Жиры  | Углеводы | Калор. | Выход, г |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------|-------|-------|----------|--------|----------|
| <b>Салат из квашеной капусты с яблоками</b>                                                         |  |        |       |       |          |        |          |
| капуста квашенная, яблоки свежие, масло растительное                                                |  |        | 1,00  | 6,20  | 6,00     | 84,00  | 100      |
| <b>Суп картофельный с крупой и рыбой</b>                                                            |  |        |       |       |          |        |          |
| филе рыбы, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль йодированная, крупа перловая  |  |        | 4,44  | 2,66  | 18,60    | 116,00 | 250/10   |
| <b>Плов из птицы</b>                                                                                |  |        |       |       |          |        |          |
| курица, масло растительное, лук репчатый, морковь, томатная паста, крупа рисовая, соль йодированная |  |        | 16,57 | 19,95 | 29,40    | 362,83 | 280      |
| <b>Компот из свежих яблок</b>                                                                       |  |        |       |       |          |        |          |
| яблоки свежие, сахар, лимонная кислота                                                              |  |        | 0,15  | 0,14  | 19,90    | 82,00  | 200      |
| <b>Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами</b>                                            |  |        |       |       |          |        |          |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                                                   |  |        | 4,08  | 0,78  | 23,88    | 118,80 | 60       |
| <b>Батон обогащенный микронутриентами</b>                                                           |  |        |       |       |          |        |          |
| Батон обогащенный микронутриентами                                                                  |  |        | 5,25  | 2,03  | 35,98    | 182,70 | 70       |

Горбатова А.А.

Главный технолог

Зав. производством

Курица Е.А. Е.А.