

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 533



АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

12 Октября 2026 года
1 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов
ЗАВТРАК-123р40к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.5	4.5	7.4	88.1
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5.4	6.7	23.6	176.2
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	20	1.5	2.0	14.9	83.6
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Итого		16.7	17.3	93.5	596.0

ОБЕД-185р20к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0.9	3.1	4.6	49.6
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ.	210	4.1	6.5	17.2	143.6
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ.	90	13.5	14.4	11.7	230.7
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	5.5	4.8	31.3	190.4
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0.7	0.3	24.4	103.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9
Итого		30.8	31.9	128.	923.0

Льготное питание для учащихся старших классов
ОБЕД-362р70к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.5	5.1	7.7	82.7
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ.	260	4.1	6.5	17.2	145.8
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ ЗАПЕЧЕННЫЙ.	100	15.0	16.0	13.0	256.4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	200	7.3	6.4	41.7	253.8
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА.	200	0.7	0.3	24.4	103.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	3.0	4.0	29.8	167.2
Итого		39.6	42.1	191.	1307.
Всего		87.1	91.3	413.	2826.

Дир-р Столовой №3
С.С. Сташкова

Зав.пр-вом

Калькулятор

Н.И.Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

13 Октября 2026 года
2 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов

ЗАВТРАК- 123р40к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22	131.5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	170	26.7	13.6	36.6	375.5
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.2	0.1	15.0	61.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13.0	70.44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.5

Итого 30.6 19.3 91.7 662.6

ОБЕД-185р20к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ОВОЩНОЙ с ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ.	80	2.5	4.9	4.8	73.7
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ.	210	4.5	6.5	12.1	124.8
РЫБА-ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫМ	240	17.1	16.9	23.9	307.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9

Итого 30.8 31.2 111. 842.3

Льготное питание для учащихся старших классов

ОБЕД-362р70к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ОВОЩНОЙ с ЯБЛОКАМИ, ЯЙЦОМ ВАРЕНЫМ	120	3.8	7.4	7.3	110.7
БОРЩ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ МЯСОМ, СМЕТАНОЙ	260	4.5	6.4	12.1	131.2
РЫБА ФИЛЕ ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ С КАРТОФЕЛЕМ ОТВАРНЫМ	300	21.3	21.2	29.8	395.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.0	131.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ.	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.5

Итого 38.3 38.6 133. 1045.
Всего 99.7 89.1 336. 2550.

Дир-р
столов. № 3 С. С. Сташкова

Зав.пр

Бух-р

Н. И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ «СОШ № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

14 Октября 2026 года
3 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК-123р40к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	25	1.1	8.4	7.5	110
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	5.4	6.2	24.0	173.4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13.0	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5

Итого 10.4 17.4 77.2 506.7

ОБЕД-185р20к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ.	60	3.2	5.8	3.0	78
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КАРТОФЕЛЕМ И ПТИЦЕЙ	210	5.2	3.6	19.0	114.
ПЕЧЕНЬ ТУШЕН СОУС СМЕТАН.С ТОМАТОМ, ЛУКОМ	120	21.4	13.8	14.2	266.5
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3.6	4.6	37.7	206.6
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ.	200	0.2	0	25.7	103.6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7

Итого 39.7 30.6 138. 975.1

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ СТАРШИХ КЛАССОВ
ОБЕД-362р70к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ.	120	6.4	11.6	6.0	154.2
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, КАРТОФЕЛЕМ И ПТИЦЕЙ	260	6.0	10.2	19.0	138.2
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ТУШЕНАЯ В СОУСЕ СМЕТ,С ТОМАТОМ	140	26.8	17.2	17.8	333.2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	180	4.3	5.5	45.2	247.9
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ.	200	0.2	0	25.7	103.6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5

Итого 51.7 48.2 172. 1276.
Всего 101.8 96.2 388. 2758.



Директор
Столовая № 3
С. Сташкова

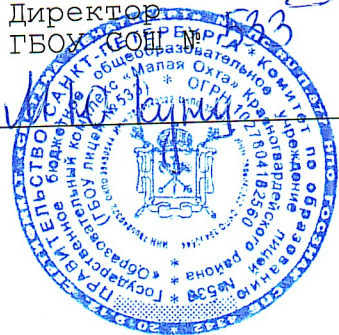
Зав.пр.

(Signature)

Бух-р
Н.И. Васильева

(Signature)

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



М Е Н Ю

Льготное питание для учащихся младших классов

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.5	4.5	7.4	88.1
ОМЛЕТ С СЫРОМ	150	17.4	27	2.5	322.4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13.0	70.44
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.0

24.8 32.9 43.2 567.9

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ИКРА МОРКОВНАЯ.	60	2.3	4.9	4.5	70.8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ, ГРЕНКАМИ .	220	7.3	3.8	30.6	186.8
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ СОУС МОЛОЧНЫЙ. .	90	8.4	6.2	9.3	136.1
РИС ОТВАРНОЙ	150	3.7	6.3	32.8	202.6
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ_ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ_	40	2.9	1.1	18.6	95.9

28.8 24.2 134. 879.9

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
Икра морковная.	100	3.8	8.1	7.5	118.1
Суп картофельный с горохом, гречками, птицей.	265	8.6	6.3	26.5	188.6
Фрикадельки из птицы с соусом молочным	100	9.3	6.9	10.4	151.2
Рис отварной.	180	4.4	7.6	39.3	243.2
Сок фруктовый.	200	1.0	0.2	18.0	77.8
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный. .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
Батон обогащенный.	60	4.4	1.7	27.9	143.9
Фрукты свежие.	100	0.6	0.1	5.1	24.0

35.3	32.6	155.	1056.
88.9	89.7	332.	2504.

Зав. пр.

Бух-р
Н.И.Васильева



Утверждаю
Директор
ГБОУ "СОШ № 3

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533
М Е Н Ю

16 Октября 2026 года
5 ДЕНЬ

Льготное питание для учащихся младших классов
ЗАВТРАК-123р40к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22.0	131.5
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ .	150	4.9	7.3	18.3	158.2
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	20	0.6	0.7	15.5	70.7
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4

Итого 10.6 15.2 101. 582.5

ОБЕД-185р20к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ	60	0.8	4.7	5.1	66.3
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ, ПТИЦЕЙ. . .	210	4.8	5.4	9.9	106.8
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	90	6.1	3.7	5.8	80.1
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.1	5.4	20.3	142.2
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ.	40	2.9	1.1	18.6	95.9

Итого 21.5 22.1 111. 732.0

Льготное питание для учащихся старших классов
ОБЕД-362р70к

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ.	100	1.3	7.9	8.5	110.4
СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ И ПТИЦЕЙ. .	260	5.4	7.2	12.4	128.2
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	100	6.8	4.1	6.4	89
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.7	6.5	24.3	170.6
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	40	1.2	1.4	31.0	141.4

Итого 27.0 31.0 172. 1068.
Всего 59.1 68.3 385. 2383.

Дир-р Столовой № 3 С.С. Сташкова
Зав.пр. Столовой № 3 С.С. Сташкова

Бух-р
Н.И. Васильева

ГБОУ СОШ № 1

Дир. гр. Акционерное общество Зав. пр.
столов. № 3 С.С. Осташкова

Бух-р _____
Н.И.Васильева



533

AD



М Е Н Ю

Льготное питание для младших классов

Итого

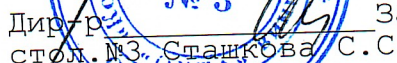
14.0 14.8 84.2 525.4

Итого

24.7 23.5 130. 827.7

Итого
Всего

33.3	33.6	193.	1209.
72.0	71.9	408.	2562.



Зав. пр.

Бух-р

Н.И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

20 Октября 2026 года
7 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

ЗАВТРАК-123руб.40коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22.0	131.5
ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160	19.2	14.5	27.4	317.1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.1
Итого		23.3	20.2	82.7	606.0

ОБЕД-185руб.20коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0.8	6.1	4.0	73.74
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ . .	210	2.3	3.3	8.0	70.79
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ . . .	90	12.9	13.7	8.7	209.4
РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3.4	6.7	13.1	126.3
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9
Итого		26.5	32.8	90.8	763.6

Льготное питание для старших классов 8 день

ОБЕД-362руб.70коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1.4	10.1	6.6	122.9
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И МЯСОМ . .	260	4.3	5.0	10.2	108.8
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ОМЛЕТОМ . . .	100	14.3	15.2	9.7	232.6
РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.1	8.0	15.7	151.5
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.6	0.1	5.1	24.0
Итого		33.3	42.0	113.	971.3
Всего		83.1	95.0	287.	2341.

Дир-р
столов. № 3 "ОХТА" С.С. Оташкова

Зав.пр.

Бух-р
Н.И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ ШКОЛА № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

21 Октября 2026 года
8 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

ЗАВТРАК-123руб.40коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ.	25	1.1	8.4	7.5	110
КАША РИСОВАЯ МОЛ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	3.8	6.1	20.9	153.5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК.	200	1.5	1.3	22.4	107.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Итого		8.8	17.4	73.6	485.6

ОБЕД-185руб.20коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ, ЗЕЛЕН, ГОРОШ	60	1.6	4.2	5.8	67.7
ЩИ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ	210	3.5	5.2	4.2	77.8
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	9.8	4.3	3.7	92.7
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2.9	4.7	23.5	147.9
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
Итого		24.5	21.3	107.	722.7

Льготное питание для старших классов 9 ДЕНЬ

ОБЕД-362руб.70коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ, ЗЕЛЕННЫМ ГОР	100	2.7	7.1	9.6	112.9
ЩИ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ	260	3.1	5.6	8.0	94.8
РЫБА ТУШЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	100	10.9	4.8	4.1	103.0
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3.5	5.7	28.2	177.5
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	131.0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Итого		28.8	27.1	139.	917.2
Всего		62.1	65.8	321.	2125.



Зав.пр.

С. С. Сашкова

Бух-р

Н.И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

22 Октября 2026 года
9 ДЕНЬ

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ МЛАДШИХ КЛАССОВ

ЗАВТРАК-123руб.40коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4.5	4.5	7.4	88.1
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14.5	23.9	2.7	283.3
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2.9	2.5	24.8	133.3
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2.0	1.2	13	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.4
Итого		24.4	32.2	53.0	598.6

ОВЕД-185руб.20коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	60	2.3	4.9	4.5	70.9
СУП КАРТОФ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ.	205	6.4	4.4	14.9	125.6
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ.	90	14.1	20.3	11.9	286.3
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ.	150	3.6	4.6	37.7	206.6
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2.9	1.1	18.6	95.9
Итого		33.5	37.2	126.	972.8

ЛЬГОТНОЕ ПИТАНИЕ ДЛЯ СТАРШИХ КЛАССОВ 10 ДЕНЬ

ОВЕД-362руб.70коп

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	3.8	8.1	7.5	118.1
СУП КАРТОФ С ФАСОЛЬЮ, МЯСОМ.	260	6.4	4.5	18.6	140.5
БИТОЧКИ С ЛУКОМ ЗАПЕЧЕННЫЕ.	100	15.7	22.5	13.2	318.1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4.3	5.5	45.2	247.9
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.4
Итого		39.3	44.3	155.	1179.
Всего		97.2	113.7	334.	2750.



Дир. _____
Столов. № 3 С.С. Сташкова

Зав.пр. _____

Бух-р _____
Н.И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ СОШ № 3

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

23 Октября 2026 ГОДА
10 ДЕНЬ

Льготное питание для младших классов

ЗАВТРАК-123руб.40коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1.2	4.3	22.0	131.5
КАША" ДРУЖБА"С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4.7	7.5	20.1	166.5
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	207	0.3	0.1	15.2	62.9
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ.	25	2.0	1.2	13.0	70.4
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.3	10.3	45.5

Итого 8.6 13.4 80.6 476.8

ОБЕД-185руб.20коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	0.7	3.1	5.7	53.8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	220	4.1	3	14.3	100.2
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЕЙ.	240	20.2	19.8	44.6	437.4
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.1	1.2	20.5	105.2

Итого 31.9 28.9 137. 936.4

Льготное питание для старших классов 11 ДЕНЬ

ОБЕД-362руб.70коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ.	100	2.5	16.6	8.5	193.4
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ.	275	8.2	3	19.2	136.5
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ ГОВЯЖЕЙ	280	22.6	22.2	50	489.8
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.6	0.1	31.7	130.1
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3.2	1.7	20.4	109.7
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.5	0.1	5.1	23.5

Итого 42.0 45.4 162. 1226.
Всего 82.5 87.7 380. 2640.



Дир. пр. Зав. пр.
Столовая № 3 С.С. Сташкова

Бух-р
Н.И. Васильева

Утверждаю
Директор
ГБОУ ШКОЛА № 533

АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"



СТОЛОВАЯ № 3 ЛИЦЕЙ № 533

М Е Н Ю

24 Октября 2026 года
12 ДЕНЬ

Льготное питание для старших классов

Обед - 362 руб. 70 коп.

Наименование	Выход продук (г)	Белки (г)	Жиры (г)	У/в (г)	Энерг ценн. Ккал
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ЯЙЦОМ ВАРЕННЫМ	100	4.9	5.9	15.2	133.8
ЩИ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ И ПТИЦЕЙ.	260	4.2	6.3	5.2	94.6
РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ ЯЙЦОМ	100	17.3	13.0	9.7	224,9
КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	4.6	12.4	26.4	235.6
СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1.0	0.2	18.0	77.8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ . .	40	3.2	1.7	20.4	109.7
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4.4	1.7	27.9	143.9
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Итого		40.0	41.6	132.	1063.
Всего		40.0	41.6	132.	1063.



Дир-р
столов. № 3 С.О. Сташкова

Зав. пр.

Handwritten signature

Бух-р
Н.И. Васильева

Handwritten signature