

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 209, г. Тарту

Ф.И.О. Сергеев

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв.контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликowa У.Ю.

«19» января 2026 г.

МЕНЮ 2 неделя 1 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр)	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным (пшеничка, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	160	1,98	4,60	24,50	225,00
Какао с молоком (какао-порошок, молоко, сахар)	180	3,48	2,79	10,08	80,55
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Итого завтрак:		19,23	19,53	69,67	581,11
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (квашеная капуста, масло растит.)	60	0,64	2,06	3,96	45,64
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	200/20	4,87	2,80	20,40	128,00
Котлеты, биточки (особые) (свинина, говядина, хлеб пшеничный, соль, вода, сухари)	90	13,98	12,00	12,73	264,06
Овощи тушеные (картофель, морковь, лук репчатый, капуста б/к, тыква или кабачки, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, соль)	150	2,63	8,16	26,17	147,16
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		26,92	26,04	106,97	814,17
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (квашеная капуста, масло растит.)	100	1,00	3,17	5,74	56,06
Суп картофельный с крупой и рыбой (картофель, крупа перловая или рисовая, морковь, лук репчатый, масло сливочное, пикша, соль)	250/20	6,46	3,05	25,60	149,00
Котлеты, биточки (особые) (свинина, говядина, хлеб пшеничный, соль, вода, сухари)	100	15,10	13,10	14,37	276,18
Овощи тушеные (картофель, морковь, лук репчатый, капуста б/к, тыква или кабачки, масло сливочное, мука пшеничная, томатная паста, соль)	180	3,16	9,79	31,40	176,59
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Итого комплексный обед:		35,00	36,42	144,52	1064,19

Заведующий производством

Машаев

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 1

Ф.И.О.



УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликowa У.Ю.



«Ю» сивара 2026 г

МЕНЮ 2 неделя 2 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Яйцо вареное	40	4,58	2,38	0,30	63,00
Макаронны с сыром (макаронные изделия, масло сливочное, сыр)	160	8,80	13,71	37,50	318,00
Чай с сахаром и апельсином (чай- заварка, сахар, апельсины)	185	0,25	0,01	6,90	27,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого завтрак:		16,10	16,91	67,67	539,32
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Огурец соленый кусочком	60	0,48	0,06	1,02	7,80
Борщ сибирский со сметаной (картофель, свёкла,	200/10	4,50	6,70	13,50	185,00
Зразы рыбные рубленые (минтай, молоко, соль, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло сливочное, сухари)	90	10,87	9,24	13,20	164,20
Пюре картофельное (картофель, молоко, соль)	150	3,28	7,24	22,06	162,92
Напиток из клюквы, протертой с сахаром (клюква, сахар, вода)	180	0,07	0,05	22,34	87,75
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		25,60	25,09	114,78	820,25
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Огурец соленый кусочком	100	0,80	0,10	1,70	11,07
Борщ сибирский со сметаной (картофель, свёкла, капуста б/к, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло сливочное, сахар, лимонная кислота, соль, сметана)	250/10	4,98	7,50	22,10	198,00
Зразы рыбные рубленые (минтай, молоко, соль, хлеб пшеничный, лук репчатый, масло сливочное, сухари)	100	12,07	10,27	14,66	182,44
Пюре картофельное (картофель, молоко, соль)	180	3,91	7,62	26,47	176,75
Напиток из клюквы, протертой с сахаром (клюква, сахар, вода)	180	0,07	0,05	22,34	87,75
Фрукты свежие	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого комплексный обед:		35,53	36,46	176,63	1159,61

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 2

Ф.И.О.

" УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликowa У.Ю.

«И» января 2026 г

МЕНЮ 2 неделя 3 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц, ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с джемом (хлеб пшеничный, джем)	40	1,62	0,60	24,86	109,20
Каша "Царская" молочная с маслом сливочным (крупа пшено, курага, молоко, сахар, соль, масло сливочное)	160	10,40	13,80	22,10	255,00
Кофейный напиток(кофейный напиток, сахар, моло	180	2,04	1,12	11,41	64,28
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Итого завтрак:		19,13	19,26	78,88	587,04
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным (свёкла, масло растительное, соль)	60	0,86	5,05	6,02	68,89
Суп из овощей с говядиной и сметаной (капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек консервирован., масло сливочное, говядина, соль, сметана)	200/10/10	6,40	6,60	9,40	111,75
Биточки рубленые из ПТИЦЫ (мясо птицы, хлеб пшеничный, масло сливочное, сухари, соль)	90	8,85	12,18	11,28	170,00
Рис припущенный (крупа рисовая, соль, вода, масло сливочное)	150	3,74	2,66	34,50	213,89
Кисель из плодов или ягод свежих(свежие ягоды и плоды, сахар, вода, крахмал картофельный)	180	0,10	0,10	29,49	105,96
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		23,85	27,43	116,22	822,40
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат из свеклы отварной с маслом растительным (свёкла, масло растительное, соль)	100	1,01	5,74	6,62	98,45
Суп из овощей с говядиной и сметаной (капуста, картофель, морковь, лук репчатый, горошек консервирован., масло сливочное, говядина, соль, сметана)	250/10/10	7,20	7,01	10,20	131,50
Биточки рубленые из птицы (мясо птицы, хлеб пшеничный, масло сливочное, сухари, соль)	100	10,60	12,90	12,04	180,00
Рис припущенный (крупа рисовая, соль, вода, масло сливочное)	180	5,10	4,66	38,10	225,40
Кисель из плодов или ягод свежих(свежие ягоды и плоды, сахар, вода, крахмал картофельный)	180	0,10	0,10	29,49	105,96
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Итого комплексный обед:		32,79	37,94	155,48	1117,27

Заведующий производством

Шкаликowa

СОГЛАСОВАНО

Директор школы №

Ф.И.О.

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв.контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликowa У.Ю.

«1» января 2026 г

МЕНЮ 2 неделя 4 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц, ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Бутерброд с сыром (хлеб пшеничный, сыр)	40	8,70	8,40	14,58	117,00
Каша овсяная с яблоками молочная жидкая с маслом сливочным (хлопья овсяные, яблоки, сахар, соль, масло сливочное)	160	4,80	7,30	30,02	265,00
Чай с сахаром и ЛИМОНОМ (чай-заварка, сахар, лимон)	185	0,25	0,01	5,56	26,13
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Итого завтрак:		15,72	16,72	74,83	543,05
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Салат витаминный (1-й вар.) (б/к капуста, морковь, яблоки, сахар, лимонная к-а.,масло раст.)	60	0,73	2,00	7,66	71,34
Рассольник ленинградский с птицей и сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый,огурцы солёные, масло сливочное, соль, курица потраш., сметана)	200/10/10	2,51	6,40	16,20	165,00
Жаркое по-домашнему со свининой (картофель,соль, свинина, лук репчатый, масло растит.,томатная паста)	240	16,40	15,40	28,81	290,60
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	60	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		26,94	25,78	113,51	816,92
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Салат витаминный (1-й вар.) (б/к капуста, морковь, яблоки, сахар, лимонная к-а.,масло раст.)	100	0,90	2,40	7,68	77,39
Рассольник ленинградский с птицей и сметаной (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый,огурцы солёные, масло сливочное, соль, курица потраш., сметана)	250/10/10	5,00	6,94	18,10	186,90
Жаркое по-домашнему со свининой (картофель,соль, свинина, лук репчатый, масло растит.,томатная паста)	280	14,41	17,50	37,10	367,25
Сок фруктовый	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	60	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	40	0,60	3,92	29,00	140,02
Молоко в индивидуальной упаковке	200	5,80	5,00	9,60	108,00
Итого комплексный обед:		34,41	38,14	172,12	1216,54

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 209

Ф.И.О.

*Ермилов*Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию
АО «КСП Колпинского района»
(А.Т. Ермилов)

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв. контр. и развитию

АО «КСП Колпинского района»

Шкаликова У.Ю.

«23» января 2026 г.

МЕНЮ 2 неделя 5 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц, ккал
ЗАВТРАК (7-11 ЛЕТ)					
Запеканка из творога (творог, крупа манная, соль, сахар, яйцо, масло растительное)	40	7,33	5,20	7,20	102,50
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным (крупа манная, сахар, соль, молоко)	160	5,20	7,10	26,70	224,00
Чай с вареньем (чай-заварка, варенье, вода)	180	0,20	0,00	14,70	58,30
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,57	0,61	14,87	87,92
Итого завтрак:		17,80	16,04	69,11	543,36
ОБЕД (7-11 ЛЕТ)					
Винегрет овощной (картофель, свёкла, морковь, огурцы солёные, соль, масло растительное)	60	0,86	6,10	5,64	77,53
Суп с крупой и говядиной (крупа рисовая или перловая, морковь, лук репчатый, говядина, соль, масло растительное)	200/10	2,75	5,60	16,70	189,30
Сердце в соусе (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, мука пшеничная, сметана, масло сливочное, томатная паста)	100	11,41	7,48	5,00	118,11
Каша гречневая рассыпчатая (гречневая крупа, соль)	150	7,72	6,40	36,98	206,00
Напиток из плодов шиповника (сухие плоды шиповника, сахар)	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшенич. обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Итого обед:		26,93	26,55	108,85	822,32
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Винегрет овощной (картофель, свёкла, морковь, огурцы солёные, соль, масло растительное)	100	1,40	7,20	6,69	97,83
Суп с крупой и говядиной (крупа рисовая или перловая, морковь, лук репчатый, говядина, соль, масло растительное)	250/10	4,88	6,80	20,79	201,36
Сердце в соусе (сердце говяжье, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, мука пшеничная, сметана, масло сливочное, томатная паста)	100	11,41	7,48	5,00	118,11
Каша гречневая рассыпчатая (гречневая крупа, соль)	180	8,80	7,15	39,00	239,45
Напиток из плодов шиповника (сухие плоды шиповника, сахар)	180	0,29	0,13	19,00	79,47
Йогурт 2,5% жирности	125	3,50	3,13	5,64	70,64
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	20	1,25	0,49	8,57	70,33
Хлеб ржано-пшенич. обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	35	0,98	3,16	18,06	106,41
Итого комплексный обед:		35,16	35,89	139,71	1065,18

Заведующий производством

Мамон

СОГЛАСОВАНО

Директор школы № 209,
Ф.И.О.

Догов. Табеевская гимназия"
(Д.Т. Ермилов)

УТВЕРЖДЕНО

Зам. ген. дир. по произв.контр. и развитию
АО «КСП Колпинского района»
Шкаликowa У.Ю.

24» января 2026 г

МЕНЮ 2 неделя 6 день

Наименование	Выход г.	Белки г.	Жиры г.	Уг-ды г.	Э.Ц. ккал
КОМПЛЕКСНЫЙ ОБЕД (12-18 лет)					
Помидор свежий кусочком	100	1,10	0,20	3,80	21,78
Щи из свежей капусты с картофелем, птицей и сметаной (капуста б/к, картофель, морковь, лук репчатый, филе куры, масло сливочное, соль, сметана)	250/10/ 10	3,27	7,96	7,30	134,80
Рыба, запеченная в омлете (минтай или сайда, соль, яйцо, молоко, мука пшеничная, масло растительное)	100	13,85	10,80	3,34	166,29
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, соль, вода)	180	6,30	5,58	36,04	223,18
Напиток яблочный (яблоки, вода, сахар)	180	0,09	0,09	11,20	47,09
Батон нарезной обогащенный микр.	60	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микр.	40	2,65	0,35	16,96	81,58
Кондитерские изделия	30	0,45	2,94	21,75	105,01
Сок фруктовый в индивидуальной упаковке	200	1,00	0,20	20,20	86,00
Итого комплексный обед:		32,46	29,57	146,29	996,74

Заведующий производством

Малом