

# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«26» ЯНВАРЯ 2026 года

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Рассольник ленинградский с курой и сметаной	58-00	250/20/10	3,00	5,80	17,20	133,00
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Шашлык из курицы	157-00	100	35,80	27,40	27,00	498,00
Гуляш из говядины	152-00	50/50	15,70	15,90	3,10	218,00
Рыба жареная с луком	155-00	100/20	24,60	10,60	10,60	236,00
Филе кури жареное в яйце	119-00	100	25,71	25,28	98,57	329,00
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из смеси сухофруктов	9-00	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>154,36</b>	<b>130,75</b>	<b>314,02</b>	<b>2 732,80</b>

Куратор \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

Е.С. Россовой



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
**«27» ЯНВАРЯ 2026 года**

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной	72-00	250/15/10	4,70	7,60	12,70	160,60
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Рыба запеченная по-русски	113-00	200	11,70	8,70	14,50	183,00
Зразы из кур с омлетом	99-00	100	15,83	12,00	9,67	211,70
Тефтели из говядины с соусом	135-00	100/50	16,34	19,47	14,07	296,71
Филе кури запеченное с сыром и овощами	180-00	75/75	21,90	21,50	83,70	279,60
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из сухофруктов	9-00	200	1,00	0,10	34,20	142,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>120,42</b>	<b>115,04</b>	<b>294,69</b>	<b>2 461,41</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Е.С. Россова

**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
**«28» ЯНВАРЯ 2026 года**

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Суп из овощей с курой и сметаной	53-00	250/20/10	6,90	4,80	19,00	143,00
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Печень тушенная в соусе	130-00	75/75	26,85	17,14	17,85	336,00
Рыба тушенная в томате с овощами	155-00	100/110	21,80	9,60	8,20	206,00
Азу из говядины	145-00	150	13,35	15,00	13,27	241,50
Филе кури запеченное с сыром и овощами	180-00	75/75	21,90	21,50	83,70	279,60
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из апельсинов	21-00	200	0,50	0,10	34,00	141,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>140,25</b>	<b>113,81</b>	<b>301,87</b>	<b>2 534,90</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
**«29» ЯНВАРЯ 2026 года**

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Суп картофельный с горохом, гренками и курой	54-00	250/15/10	10,00	7,73	26,50	203,40
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Голубцы натуральные с соусом	140-00	150/50	10,60	10,10	9,20	170,00
Рыба жареная в яйце	140-00	100	1,40	12,80	3,03	151,20
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	168-00	100/50	26,50	34,60	0,00	416,00
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Рис отварной с маслом сливочным	50-00	150/10	3,75	10,50	32,85	240,50
Компот из сухофруктов	9-00	200	0,50	0,10	27,40	112,60
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>98,05</b>	<b>112,75</b>	<b>187,08</b>	<b>2 238,00</b>

Куратор \_\_\_\_\_

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
**«30» ЯНВАРЯ 2026 года**

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Суп крестьянский с крупой и курой	40-00	250/10	5,10	6,10	13,70	131,00
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Биточки рыбные	94-00	100	13,00	12,60	15,00	226,00
Филе кури запеченное с сыром и овощами	180-00	75/75	21,90	21,50	83,70	279,60
Гуляш из говядины	152-00	50/50	15,70	15,90	3,10	218,00
Зразы рубленые из говядины	157-00	100	16,80	17,80	12,00	276,00
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Пюре картофельное с маслом сливочным	56-00	150/10	3,10	9,50	20,30	178,50
Компот из смеси сухофруктов	9-00	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>122,25</b>	<b>124,57</b>	<b>291,55</b>	<b>2 419,60</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«2» февраля 2026 года

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Щи из квашеной капусты с курой и сметаной	62-00	250/20/10	6,98	8,22	7,40	132,40
Плов из птицы	92-00	150	17,90	13,70	27,70	306,00
Котлета рубленая из курицы	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Гуляш из говядины	152-00	50/50	15,70	15,90	3,10	218,00
Филе курицы по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Шашлык из курицы	157-00	100	35,80	27,40	27,00	498,00
Рыба жареная в яйце	140-00	100	1,40	12,80	3,03	151,20
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из апельсинов	21-00	200	0,50	0,10	34,00	141,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>127,23</b>	<b>123,79</b>	<b>228,08</b>	<b>2 634,40</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«3» февраля 2026 года

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Суп из овощей с курой и сметаной	53-00	250/20/10	5,52	5,88	10,20	116,60
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Зразы из кур с омлетом	99-00	100	15,83	12,00	9,67	211,70
Тефтели из говядины с соусом	135-00	100/50	16,34	19,47	14,07	296,71
Рыба запеченная по-русски	113-00	200	11,70	8,70	14,50	183,00
Макаронь отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Рагу из овощей	61-00	200	4,50	8,90	17,40	170,20
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из груш	22-00	200	0,20	0,10	26,10	115,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>100,14</b>	<b>96,12</b>	<b>203,99</b>	<b>2 072,71</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«4» февраля 2026 года

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной	60-00	250/20/10	5,62	7,28	8,00	121,60
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Рыба тушеная в томате с овощами	155-00	100/100	21,80	9,60	8,20	206,00
Азу из говядины	145-00	150	13,35	15,00	13,27	241,50
Филе кури жареное в яйце	119-00	100	25,71	25,28	98,57	329,00
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из кураги	25-00	200	1,00	0,10	34,20	142,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>116,43</b>	<b>102,93</b>	<b>288,09</b>	<b>2 227,90</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



**АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"**  
**МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА**  
**«5» февраля 2026 года**

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Бульон из курицы с курой и гренками	43-00	250/20/20	7,30	2,22	26,00	117,74
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Рыба жареная с луком	155-00	100/20	24,60	10,60	10,60	236,00
Тефтели из говядины с соусом	135-00	100/50	16,34	19,47	14,07	296,71
Голубцы натуральные с соусом	140-00	150/50	10,60	10,10	9,20	170,00
Филе кури запеченное с сыром и овощами	180-00	75/75	21,90	21,50	83,70	279,60
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Картофель отварной с маслом сливочным	54-00	150/10	2,90	4,60	13,80	208,30
Рис отварной с маслом сливочным	50-00	150/10	3,75	10,50	32,85	240,50
Компот из яблок	14-00	200	0,10	0,10	25,20	117,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>129,89</b>	<b>111,41</b>	<b>289,72</b>	<b>2 401,85</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_



# АО "КОМБИНАТ СОЦИАЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОХТА"

## МЕНЮ СВОБОДНОГО ВЫБОРА

«6» февраля 2026 года

Наименование	Цена	Выход продукта в гр.	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность
Борщ со свежей капустой, картофелем, говядиной и сметаной	72-00	250/15/10	4,70	7,60	12,70	160,60
Филе кури по-столичному	130-00	100	14,20	2,90	0,40	85,00
Котлета рубленая из кури	103-00	100	18,60	14,20	17,00	270,00
Котлета рыбная	90-00	100	13,00	12,60	15,00	226,00
Печень тушенная в соусе	130-00	100/50	26,85	17,14	17,85	336,00
Гуляш из говядины	152-00	50/50	15,70	15,90	3,10	218,00
Филе кури запеченное с сыром и овощами	180-00	75/75	21,90	21,50	83,70	279,60
Макароны отварные с маслом сливочным	42-00	150/10	5,60	13,10	31,40	266,00
Пюре картофельное с маслом сливочным	56-00	150/10	3,10	9,50	20,30	178,50
Греча отварная с маслом сливочным	32-00	150/10	3,65	8,75	37,75	243,50
Компот из смеси сухофруктов	9-00	200	0,60	0,10	31,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	5-00	50	4,00	2,12	25,50	115,00
<b>Итого</b>			<b>131,90</b>	<b>125,41</b>	<b>296,40</b>	<b>2 509,20</b>

Куратор \_\_\_\_\_ Зав. производством \_\_\_\_\_ Калькулятор \_\_\_\_\_

