

СОГЛАСОВАНО  
Директор

*Морозов В.В. Морозов*

25.02.2026

УТВЕРЖДАЮ  
Генеральный директор АО «КСП «Парголово»  
Камедин А.В.  
2025 г.

Еженедельное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

| Наименование                                            | Выход, г | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/ | № рецептуры или технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------------|----------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------|
| 3 день                                                  |          |                                                               |                                       |          |         |             |                                |
| Комплексный обед                                        |          |                                                               |                                       |          |         |             |                                |
| Винегрет овощной с сельдью                              | 100/50   | 2024                                                          | 53                                    | 7,80     | 14,55   | 7,80        | 195,00                         |
| Суп картофельный с макаронными изделиями                | 300      | 2024                                                          | 105                                   | 3,24     | 3,12    | 22,68       | 132,00                         |
| Суфле из птицы                                          | 150      | 2024                                                          | 344                                   | 37,36    | 44,34   | 57,45       | 612,73                         |
| Рагу овощное ( 3-й вариант)                             | 230      | 2024                                                          | 377                                   | 4,29     | 10,12   | 84,56       | 432,40                         |
| Компот из апельсинов                                    | 200      | 2024                                                          | 422                                   | 0,40     | 0,10    | 10,00       | 43,00                          |
| Пирожки с яблоком                                       | 75       | 2024                                                          | 479                                   | 4,30     | 1,80    | 33,00       | 165,00                         |
| Йогурт, массовая доля жира 2,5 %                        | 100      | ТК                                                            | 3                                     | 2,80     | 2,50    | 13,00       | 86,00                          |
| Груши                                                   | 300      | 2021                                                          | 82                                    | 1,20     | 0,90    | 30,90       | 141,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 70       | 2021                                                          | 575                                   | 4,76     | 0,91    | 27,86       | 138,60                         |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 70       | 2021                                                          | 576                                   | 5,25     | 2,03    | 35,98       | 182,70                         |
| Итого за прием пищи:                                    | 1645     |                                                               |                                       | 71,41    | 80,37   | 323,24      | 2128,43                        |
| Всего за день:                                          |          |                                                               |                                       | 71,41    | 80,37   | 323,24      | 2128,43                        |