


 СОГЛАСОВАНО  
 Директор  
 № 313  
 М.П. Мухоморова

УТВЕРЖДАЮ  
 Главный директор  
 Камелин А.И.  
 2025 г.  

 «ПАРГОЛОВО»  
 для документов  
 «Ковогология»  
 Санкт-Петербург

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
 для представления питания учащимся 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

18 03 2026 г

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кка.
9 день							
Комплексный обед							
Салат "Свеколка"	100	2024	51	1,50	10,10	13,10	149,00
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	245/5	2024	88	1,80	4,55	8,35	82,00
Рагу из мяса птицы (курица)	300	2008	309	48,00	41,83	133,54	893,43
Сок в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	2,80	2,50	13,00	86,00
Вафли обогащенные	20	2021	580	0,78	6,12	12,50	108,20
Яблоки	250	2008	9.1	1,00	1,00	24,50	111,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	2021	575	4,08	0,78	23,88	118,80
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,70	130,50
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1325</b>			<b>64,51</b>	<b>68,33</b>	<b>275,17</b>	<b>1762,93</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>64,51</b>	<b>68,33</b>	<b>275,17</b>	<b>1762,93</b>