



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

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал
1 день 04 05 2026 г							
Комплексный обед							
Салат из соленых огурцов с луком	150	2024	19	1,20	7,65	2,85	85,50
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	280/10/10	2024	96	5,54	7,69	46,12	292,50
Биточки рубленные из говядины	150	2008	271	49,70	54,50	107,30	840,00
Картофельное пюре	230	2024	360	4,75	7,05	53,67	320,47
Компот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00
Яблоки	300	2008	9,1	1,20	1,20	29,40	133,20
Вафли обогащенные	20	2021	580	0,78	6,12	12,50	108,20
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
Итого за прием пищи:	1490			74,18	87,21	332,87	2174,17
Всего за день:				74,18	87,21	332,87	2174,17