



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

24 03 2026 г

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>2 день</b>							
<b>Комплексный обед</b>							
салат из квашеной капусты	150	2024	40	2,40	7,65	12,15	127,50
салат с капустой и картофелем, с птицей и сметаной	290/5/5	2024	80	3,38	6,49	14,45	129,40
салат тушеная с овощами	150	2024	247	27,24	30,28	52,45	456,23
суп отварной	230	2024	349	22,77	31,59	113,31	687,70
салат в ассортименте	200	2024	469	0,80	0,00	20,60	84,00
картофельное пюре	35	2021	582	2,63	3,43	26,04	145,25
блинчики	300	2008	9,8	2,40	0,60	22,50	105,00
блин ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
блин жареный из муки высшего сорта с микроэлементами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
<b>итого за прием пищи:</b>	<b>1505</b>			<b>71,62</b>	<b>82,97</b>	<b>325,35</b>	<b>2056,38</b>
<b>итого за день:</b>				<b>71,62</b>	<b>82,97</b>	<b>325,35</b>	<b>2056,38</b>