



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.
8 день 26 05 2026 г							
Комплексный обед							
алат из квашеной капусты	150	2024	40	2,40	7,65	12,15	127,50
уп из овощей с птицей и сметаной	290/5/5	2024	100	3,50	6,61	12,29	122,20
отлета рыбная любительская	130	2024	259	48,38	48,15	136,45	906,53
рис припущенный	230	2024	350	5,37	6,29	54,74	297,47
компот из апельсинов	200	2024	422	0,40	0,10	10,00	43,00
афли обогащенные	20	2021	580	0,78	6,12	12,50	108,20
пельсины	300	2008	9,6	2,70	0,60	24,30	113,40
леб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
атон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
Итого за прием пищи:	1470			73,54	78,45	326,27	2039,60
Всего за день:				73,54	78,45	326,27	2039,60