СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ сош №313
В.Ю. Морозова

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
Камедин А.
2025

27 04 2026 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 рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
7 день							
Комплексный обед							
Огурцы натуральные соленые	150	2024	385	1,23	0,14	2,59	19,09
Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной	295/5	2024	92	2,02	5,33	8,31	330,12
Жаркое по-домашнему	350	2008	258	51,10	69,07	157,93	865,67
Компот из свежих яблок	200	2024	418	0,15	0,14	19,90	82,00
Печенье	35	2021	582	2,63	3,43	26,04	145,25
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5	100	ТК	3	2,80	2,50	13,00	86,00
Пирожки с яблоком	75	2024	479	4,30	1,80	33,00	165,00
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:	**1350**			**74,23**	**85,34**	**324,61**	**2014,43**
Всего за день:				**74,23**	**85,34**	**324,61**	**2014,43**