



20 03 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.
11 день							
Комплексный обед							
ат витаминный (1-й вариант)	150	2024	41	1,80	7,80	16,35	142,50
ст с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	285/10/5	2024	80	4,94	7,57	14,79	146,60
в куриный	350	2024	330	52,88	65,81	186,71	1357,08
шот из кураги	200	2024	424	1,00	0,06	17,20	73,00
шш	300	2021	82	1,20	0,90	30,90	141,00
б ржанно-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
шн парезной из муки высшего сорта с микронутриентами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
го за прием пищи:	1440			71,83	85,08	329,79	2181,48
го за день:				71,83	85,08	329,79	2181,48