



Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

16 03 2026 г

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, кка.
7 день							
Комплексный обед							
Огурцы натуральные соленые	100	2024	385	0,82	0,09	1,73	12,73
Щи из квашеной капусты с картофелем со сметаной	245/5	2024	92	1,70	4,55	6,95	276,00
Жаркое по-домашнему	300	2008	258	43,80	59,20	126,80	742,00
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	60	2021	575	4,08	0,78	23,88	118,80
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	50	2021	576	3,75	1,45	25,70	130,50
Итого за прием пищи:	1170			64,02	73,94	277,00	1758,28
Всего за день:				64,02	73,94	277,00	1758,28