



03 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.
8 день							
Комплексный обед							
от из квашеной капусты	150	2024	40	2,40	7,65	12,15	127,50
из овощей с птицей и сметаной	290/5/5	2024	100	3,50	6,61	12,29	122,20
дета рыбная любительская	130	2024	259	48,38	48,15	136,45	906,53
припущенный	230	2024	350	5,37	6,29	54,74	297,47
шот. из апельсинов	200	2024	422	0,40	0,10	10,00	43,00
кш. обогащенные	20	2021	580	0,78	6,12	12,50	108,20
сьенны	300	2008	9,6	2,70	0,60	24,30	113,40
о ржаного-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	2021	575	4,76	0,91	27,86	138,60
ш. парезной из муки высшего сорта с микронутриентами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
то за прием пищи:	1470			73,54	78,45	326,27	2039,60
то за день:				73,54	78,45	326,27	2039,60