



Директор *В.К. Михайлов* 1313

Генеральный директор ФГБУ «Центральный научно-исследовательский институт питания» Роспотребнадзора

УТВЕРЖДАЮ

Михайлов В.К.

Камелин А.

14 04 2026 г



2025

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рациона горячего питания (комплексный обед)
 для предоставления питания учащимся 9-11 классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

8 день

Комплексный обед

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
салат 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
котлета 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
омлет 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
пельмени	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
хлеб нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	70	2021	576	5,25	2,03	35,98	182,70
того за прием пищи:	1470			73,54	78,45	326,27	2039,60
всего за день:				73,54	78,45	326,27	2039,60