



Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

**для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"31" марта 2025 г

**1 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из соленых огурцов с луком                        | 120         | 2017             | 21                      | 1,04         | 6,15         | 3,15          | 72                             |
| Суп картофельный с рисом и птицей                       | 240/10      | 2017             | 101                     | 4,37         | 5,13         | 22,00         | 151                            |
| Биточки рубленые из говядины                            | 120         | 2016             | 302                     | 18,42        | 15,65        | 15,02         | 274                            |
| Пюре картофельное                                       | 200         | 2008             | 335                     | 4,44         | 7,30         | 29,33         | 200                            |
| Кисель из кураги  | 200         | 2008             | 406                     | 1,04         | 0,06         | 36,56         | 150                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 34,50         | 121                            |
| Молоко в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 200         | АКП              | 17                      | 5,40         | 5,00         | 18,00         | 132                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1440</b> |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |

Зав. производством

Калькулятор





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

"01" апреля 2025 г

**2 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100         | 2017             | 42                      | 1,82         | 6,28         | 10,34         | 105                            |
| Яйцо вареное  | 25          | 2008             | 213                     | 3,18         | 4,88         | 2,68          | 40                             |
| Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной        | 235/10/5    | 2017             | 82                      | 4,55         | 9,74         | 12,52         | 152                            |
| Рыба, тушенная с овощами                                  | 120         | 2016             | 254                     | 13,75        | 7,70         | 5,80          | 149                            |
| Рис отварной  | 200         | 2008             | 325                     | 5,51         | 8,10         | 34,17         | 233                            |
| Сок яблочный  | 200         | 2016             | 484                     | 0            | 0            | 23,00         | 92                             |
| Пряник глазированный                                      | 50          | АКП              | 172                     | 2,80         | 1,40         | 37,16         | 180                            |
| Мандарины   | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами   | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами         | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>1295</b> |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                     |             |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"02" апреля 2025 г

**3 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из квашеной капусты                               | 120         | 2008             | 40                      | 1,04         | 8,14         | 11,16         | 104                            |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей       | 240/10      | 2017             | 112                     | 4,27         | 6,04         | 19,90         | 144                            |
| Рагу из мяса птицы (курица)                             | 300         | 2016             | 334                     | 19,36        | 14,96        | 26,06         | 293                            |
| Напиток из плодов шиповника                             | 200         | 2008             | 441                     | 0,68         | 0,28         | 21,62         | 124                            |
| Булочка молочная  | 50          | 2008             | 477                     | 2,70         | 3,73         | 18,61         | 149                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Мармелад  | 30          | АКП              | 14                      | 0,45         | 2,76         | 19,26         | 104                            |
| Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке                | 90          | АКП              | 18                      | 0            | 0            | 12,50         | 188                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1240</b> |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |

Зав.производством

Калькулятор





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

"03" апреля 2025 г

**4 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Винегрет овощной с сельдью                              | 100/20      | 2008             | 51                      | 3,40         | 12,88        | 7,33          | 158                            |
| Щи из свежей капусты с картофелем и птицей              | 245/5       | 2017             | 88                      | 3,49         | 6,06         | 9,10          | 110                            |
| Котлеты Домашние  | 120         | 2008             | 271                     | 17,10        | 12,06        | 14,44         | 282                            |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 200         | 2008             | 181                     | 7,62         | 5,87         | 52,53         | 278                            |
| Сок мультифрукт   | 200         | 2016             | 484                     | 0,20         | 0            | 19,00         | 80                             |
| Печенье   | 40          | АКП              | 171                     | 2,80         | 5,20         | 29,20         | 176                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1275</b> |                  |                         | <b>42,66</b> | <b>45,37</b> | <b>199,85</b> | <b>1416</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>42,66</b> | <b>45,37</b> | <b>199,85</b> | <b>1416</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_  
 Калькулятор \_\_\_\_\_







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

"04" апреля 2025 г

**5 день**

| Наименование   | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат витаминный (1-й вариант) / Помидоры натуральные свежие с 01.03 | 120         | 2008/2017        | 41/71                   | 1,36         | 8,23         | 13,09         | 114                            |
| Рассольник ленинградский со свиной и сметаной                        | 240/5/5     | 2017             | 96                      | 3,25         | 10,33        | 17,89         | 145                            |
| Суфле из рыбы  | 120         | АКП              | 45                      | 16,60        | 12,20        | 3,16          | 224                            |
| Картофель отварной   | 200         | 2008             | 333                     | 4,04         | 6,31         | 32,63         | 204                            |
| Компот из изюма  | 200         | 2008             | 401                     | 0,46         | 0,10         | 28,14         | 101                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%                        | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Мандарины  | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Зефир  | 20          | АКП              | 173                     | 0,14         | 0,00         | 14,95         | 60                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами              | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                    | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>1360</b> |                  |                         | <b>37,99</b> | <b>42,48</b> | <b>190,35</b> | <b>1264</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>  |             |                  |                         | <b>37,99</b> | <b>42,48</b> | <b>190,35</b> | <b>1264</b>                    |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора \_\_\_\_\_ О.В.Протасова

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"07" апреля 2025 г

**7 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Огурцы натуральные соленые                              | 120         | 2017             | 70                      | 0,96         | 0,12         | 3,24          | 14                             |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 235/10/5    | 2017             | 88                      | 4,60         | 6,56         | 11,30         | 145                            |
| Жаркое по-домашнему                                     | 300         | 2017             | 259                     | 23,34        | 24,41        | 37,77         | 507                            |
| Компот из свежих яблок                                  | 200         | 2008             | 394                     | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Печенье   | 40          | АКП              | 171                     | 2,80         | 5,20         | 29,20         | 176                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1360</b> |                  |                         | <b>43,01</b> | <b>42,25</b> | <b>195,64</b> | <b>1394</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>43,01</b> | <b>42,25</b> | <b>195,64</b> | <b>1394</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"08" апреля 2025 г

**8 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из квашеной капусты                               | 120         | 2008             | 40                      | 1,04         | 8,14         | 11,16         | 104                            |
| Суп картофельный с горохом, свиной и гречками           | 220/10/20   | 2008             | 99                      | 8,46         | 7,30         | 23,63         | 215                            |
| Биточки рыбные, соус сметанный                          | 120/20      | 2017             | 234                     | 15,01        | 15,36        | 23,32         | 241                            |
| Рис припущенный   | 200         | 2008             | 326                     | 5,39         | 5,99         | 32,22         | 262                            |
| Напиток из варенья                                      | 200         | 2008             | 439                     | 0,08         | 0,04         | 21,10         | 87                             |
| Мармелад  | 30          | АКП              | 14                      | 0,45         | 2,76         | 19,26         | 104                            |
| Мандарины   | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1290</b> |                  |                         | <b>39,49</b> | <b>42,39</b> | <b>193,19</b> | <b>1322</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>39,49</b> | <b>42,39</b> | <b>193,19</b> | <b>1322</b>                    |

Зав.производством

Калькулятор





Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"09" апреля 2025 г

**9 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Огурцы натуральные свежие                               | 120         | 2017             | 71                      | 0,84         | 0,60         | 6,29          | 50                             |
| Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной      | 235/10/5    | 2017             | 82                      | 4,55         | 9,74         | 12,52         | 152                            |
| Шницель рубленый куриный                                | 120         | 2016             | 338                     | 16,64        | 9,10         | 15,16         | 170                            |
| Картофель тушеный                                       | 200         | 2008             | 133                     | 4,22         | 16,74        | 29,77         | 272                            |
| Сок яблочный  | 200         | 2016             | 484                     | 0            | 0            | 23,00         | 92                             |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Груши   | 250         | 2016             | 396                     | 1,00         | 0,75         | 25,75         | 115                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1340</b> |                  |                         | <b>37,40</b> | <b>41,73</b> | <b>174,24</b> | <b>1179</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>37,40</b> | <b>41,73</b> | <b>174,24</b> | <b>1179</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_







**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"10" апреля 2025 г 2025 г

**10 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из свеклы отварной                                | 100         | 2017             | 52                      | 1,47         | 6,10         | 8,63          | 95                             |
| Яйцо вареное  | 25          | 2008             | 213                     | 3,18         | 4,88         | 2,68          | 40                             |
| Суп картофельный с рыбой                                | 230/20      | 2017             | 97                      | 6,54         | 3,91         | 19,99         | 130                            |
| Гуляш   | 120         | 2017             | 260                     | 15,88        | 13,22        | 3,32          | 157                            |
| Макаронные изделия отварные                             | 200         | 2008             | 331                     | 3,52         | 6,39         | 37,30         | 245                            |
| Компот из смеси сухофруктов                             | 200         | 2008             | 402                     | 0,44         | 0            | 29,56         | 120                            |
| Булочка молочная  | 50          | 2008             | 477                     | 2,70         | 3,73         | 18,61         | 149                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Молоко в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 200         | АКП              | 17                      | 5,40         | 5,00         | 18,00         | 132                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1470</b> |                  |                         | <b>47,17</b> | <b>46,54</b> | <b>206,34</b> | <b>1399</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>47,17</b> | <b>46,54</b> | <b>206,34</b> | <b>1399</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"11" апреля 2025 г

**11 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Винегрет овощной с сельдью                              | 100/20      | 2008             | 51                      | 5,40         | 13,65        | 8,10          | 178                            |
| Рассольник ленинградский со свиной                      | 245/5       | 2017             | 96                      | 2,41         | 6,33         | 17,14         | 136                            |
| Плов куриный  | 300         | 2016             | 331                     | 23,44        | 16,31        | 54,62         | 489                            |
| Сок мультифрукт   | 200         | 2016             | 484                     | 0,20         | 0            | 19,00         | 80                             |
| Мандарины   | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Пряник глазированный                                    | 50          | АКП              | 172                     | 2,80         | 1,40         | 37,16         | 180                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1270</b> |                  |                         | <b>43,30</b> | <b>40,49</b> | <b>198,52</b> | <b>1372</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>43,30</b> | <b>40,49</b> | <b>198,52</b> | <b>1372</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





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

"14" апреля 2025 г

**1 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из соленых огурцов с луком                        | 120         | 2017             | 21                      | 1,04         | 6,15         | 3,15          | 72                             |
| Суп картофельный с рисом и птицей                       | 240/10      | 2017             | 101                     | 4,37         | 5,13         | 22,00         | 151                            |
| Биточки рубленые из говядины                            | 120         | 2016             | 302                     | 18,42        | 15,65        | 15,02         | 274                            |
| Пюре картофельное                                       | 200         | 2008             | 335                     | 4,44         | 7,30         | 29,33         | 200                            |
| Кисель из кураги  | 200         | 2008             | 406                     | 1,04         | 0,06         | 36,56         | 150                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 34,50         | 121                            |
| Молоко в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 200         | АКП              | 17                      | 5,40         | 5,00         | 18,00         | 132                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1440</b> |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





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

"15" апреля 2025 г

**2 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100         | 2017             | 42                      | 1,82         | 6,28         | 10,34         | 105                            |
| Яйцо вареное  | 25          | 2008             | 213                     | 3,18         | 4,88         | 2,68          | 40                             |
| Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной        | 235/10/5    | 2017             | 82                      | 4,55         | 9,74         | 12,52         | 152                            |
| Рыба, тушеная с овощами                                   | 120         | 2016             | 254                     | 13,75        | 7,70         | 5,80          | 149                            |
| Рис отварной  | 200         | 2008             | 325                     | 5,51         | 8,10         | 34,17         | 233                            |
| Сок яблочный  | 200         | 2016             | 484                     | 0            | 0            | 23,00         | 92                             |
| Пряник глазированный                                      | 50          | АКП              | 172                     | 2,80         | 1,40         | 37,16         | 180                            |
| Мандарины   | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами   | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами         | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>1295</b> |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                     |             |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_







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

"16" апреля 2025 г

**3 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из квашеной капусты                               | 120         | 2008             | 40                      | 1,04         | 8,14         | 11,16         | 104                            |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей       | 240/10      | 2017             | 112                     | 4,27         | 6,04         | 19,90         | 144                            |
| Рагу из мяса птицы (курица)                             | 300         | 2016             | 334                     | 19,36        | 14,96        | 26,06         | 293                            |
| Напиток из плодов шиповника                             | 200         | 2008             | 441                     | 0,68         | 0,28         | 21,62         | 124                            |
| Булочка молочная  | 50          | 2008             | 477                     | 2,70         | 3,73         | 18,61         | 149                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Мармелад  | 30          | АКП              | 14                      | 0,45         | 2,76         | 19,26         | 104                            |
| Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке                | 90          | АКП              | 18                      | 0            | 0            | 12,50         | 188                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1240</b> |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора \_\_\_\_\_ О.В.Протасова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

**для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"17" апреля 2025 г

**4 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Винегрет овощной с сельдью                              | 100/20      | 2008             | 51                      | 3,40         | 12,88        | 7,33          | 158                            |
| Щи из свежей капусты с картофелем и птицей              | 245/5       | 2017             | 88                      | 3,49         | 6,06         | 9,10          | 110                            |
| Котлеты Домашние  | 120         | 2008             | 271                     | 17,10        | 12,06        | 14,44         | 282                            |
| Каша гречневая рассыпчатая                              | 200         | 2008             | 181                     | 7,62         | 5,87         | 52,53         | 278                            |
| Сок мультифрукт   | 200         | 2016             | 484                     | 0,20         | 0            | 19,00         | 80                             |
| Печенье   | 40          | АКП              | 171                     | 2,80         | 5,20         | 29,20         | 176                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1275</b> |                  |                         | <b>42,66</b> | <b>45,37</b> | <b>199,85</b> | <b>1416</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>42,66</b> | <b>45,37</b> | <b>199,85</b> | <b>1416</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

**для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"18" апреля 2025 г

**5 день**

| Наименование   | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат витаминный (1-й вариант) / Помидоры натуральные свежие с 01.03 | 120         | 2008/2017        | 41/71                   | 1,36         | 8,23         | 13,09         | 114                            |
| Рассольник ленинградский со свиной и сметаной                        | 240/5/5     | 2017             | 96                      | 3,25         | 10,33        | 17,89         | 145                            |
| Суфле из рыбы  | 120         | АКП              | 45                      | 16,60        | 12,20        | 3,16          | 224                            |
| Картофель отварной   | 200         | 2008             | 333                     | 4,04         | 6,31         | 32,63         | 204                            |
| Компот из изюма  | 200         | 2008             | 401                     | 0,46         | 0,10         | 28,14         | 101                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%                        | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Мандарины  | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Зефир  | 20          | АКП              | 173                     | 0,14         | 0,00         | 14,95         | 60                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами              | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                    | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  | <b>1360</b> |                  |                         | <b>37,99</b> | <b>42,48</b> | <b>190,35</b> | <b>1264</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>  |             |                  |                         | <b>37,99</b> | <b>42,48</b> | <b>190,35</b> | <b>1264</b>                    |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора \_\_\_\_\_ О.В.Протасова



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"21" апреля 2025 г

7 день

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Огурцы натуральные соленые                              | 120         | 2017             | 70                      | 0,96         | 0,12         | 3,24          | 14                             |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 235/10/5    | 2017             | 88                      | 4,60         | 6,56         | 11,30         | 145                            |
| Жаркое по-домашнему                                     | 300         | 2017             | 259                     | 23,34        | 24,41        | 37,77         | 507                            |
| Компот из свежих яблок                                  | 200         | 2008             | 394                     | 0,16         | 0,16         | 27,88         | 114                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Печенье   | 40          | АКП              | 171                     | 2,80         | 5,20         | 29,20         | 176                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами  | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами        | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1360</b> |                  |                         | <b>43,01</b> | <b>42,25</b> | <b>195,64</b> | <b>1394</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>43,01</b> | <b>42,25</b> | <b>195,64</b> | <b>1394</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_







Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга

с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"22" апреля 2025 г

8 день

| Наименование   | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из квашеной капусты                              | 120         | 2008             | 40                      | 1,04         | 8,14         | 11,16         | 104                            |
| Суп картофельный с горохом, свиной и гречками          | 220/10/20   | 2008             | 99                      | 8,46         | 7,30         | 23,63         | 215                            |
| Биточки рыбные, соус сметанный                         | 120/20      | 2017             | 234                     | 15,01        | 15,36        | 23,32         | 241                            |
| Рис припущенный  | 200         | 2008             | 326                     | 5,39         | 5,99         | 32,22         | 262                            |
| Напиток из варенья                                     | 200         | 2008             | 439                     | 0,08         | 0,04         | 21,10         | 87                             |
| Мармелад   | 30          | АКП              | 14                      | 0,45         | 2,76         | 19,26         | 104                            |
| Мандарины  | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>1290</b> |                  |                         | <b>39,49</b> | <b>42,39</b> | <b>193,19</b> | <b>1322</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                  |             |                  |                         | <b>39,49</b> | <b>42,39</b> | <b>193,19</b> | <b>1322</b>                    |

Зав. производством

Калькулятор



Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"23" апреля 2025 г

9 день

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Огурцы натуральные свежие                               | 120         | 2017             | 71                      | 0,84         | 0,60         | 6,29          | 50                             |
| Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной      | 235/10/5    | 2017             | 82                      | 4,55         | 9,74         | 12,52         | 152                            |
| Шницель рубленный куриный                               | 120         | 2016             | 338                     | 16,64        | 9,10         | 15,16         | 170                            |
| Картофель тушеный                                       | 200         | 2008             | 133                     | 4,22         | 16,74        | 29,77         | 272                            |
| Сок яблочный  | 200         | 2016             | 484                     | 0            | 0            | 23,00         | 92                             |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Груши   | 250         | 2016             | 396                     | 1,00         | 0,75         | 25,75         | 115                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1340</b> |                  |                         | <b>37,40</b> | <b>41,73</b> | <b>174,24</b> | <b>1179</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>37,40</b> | <b>41,73</b> | <b>174,24</b> | <b>1179</b>                    |

Зав.производством

Калькулятор



Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора \_\_\_\_\_ О.В.Протасова



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"24" апреля 2025 г 2025 г

10 день

| Наименование   | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из свеклы отварной                               | 100         | 2017             | 52                      | 1,47         | 6,10         | 8,63          | 95                             |
| Яйцо вареное   | 25          | 2008             | 213                     | 3,18         | 4,88         | 2,68          | 40                             |
| Суп картофельный с рыбой                               | 230/20      | 2017             | 97                      | 6,54         | 3,91         | 19,99         | 130                            |
| Гуляш  | 120         | 2017             | 260                     | 15,88        | 13,22        | 3,32          | 157                            |
| Макаронные изделия отварные                            | 200         | 2008             | 331                     | 3,52         | 6,39         | 37,30         | 245                            |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 200         | 2008             | 402                     | 0,44         | 0            | 29,56         | 120                            |
| Булочка молочная                                       | 50          | 2008             | 477                     | 2,70         | 3,73         | 18,61         | 149                            |
| Яблоки   | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 24,50         | 110                            |
| Молоко в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%          | 200         | АКП              | 17                      | 5,40         | 5,00         | 18,00         | 132                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>1470</b> |                  |                         | <b>47,17</b> | <b>46,54</b> | <b>206,34</b> | <b>1399</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                  |             |                  |                         | <b>47,17</b> | <b>46,54</b> | <b>206,34</b> | <b>1399</b>                    |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ №199 Приморского района

врио Директора

О.В.Протасова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)**

для предоставления питания учащимся в 5-8 кадетских классах общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"25" апреля 2025 г

**11 день**

| Наименование   | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Винегрет овощной с сельдью                             | 100/20      | 2008             | 51                      | 5,40         | 13,65        | 8,10          | 178                            |
| Рассольник ленинградский со свиной                     | 245/5       | 2017             | 96                      | 2,41         | 6,33         | 17,14         | 136                            |
| Плов куриный   | 300         | 2016             | 331                     | 23,44        | 16,31        | 54,62         | 489                            |
| Сок мультифрукт  | 200         | 2016             | 484                     | 0,20         | 0            | 19,00         | 80                             |
| Мандарины  | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Пряник глазированный                                   | 50          | АКП              | 172                     | 2,80         | 1,40         | 37,16         | 180                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                            | <b>1270</b> |                  |                         | <b>43,30</b> | <b>40,49</b> | <b>198,52</b> | <b>1372</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                  |             |                  |                         | <b>43,30</b> | <b>40,49</b> | <b>198,52</b> | <b>1372</b>                    |

Зав. производством

Калькулятор







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

"28" апреля 2025 г

**1 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из соленых огурцов с луком                        | 120         | 2017             | 21                      | 1,04         | 6,15         | 3,15          | 72                             |
| Суп картофельный с рисом и птицей                       | 240/10      | 2017             | 101                     | 4,37         | 5,13         | 22,00         | 151                            |
| Биточки рубленые из говядины                            | 120         | 2016             | 302                     | 18,42        | 15,65        | 15,02         | 274                            |
| Пюре картофельное                                       | 200         | 2008             | 335                     | 4,44         | 7,30         | 29,33         | 200                            |
| Кисель из кураги  | 200         | 2008             | 406                     | 1,04         | 0,06         | 36,56         | 150                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| Яблоки  | 250         | 2016             | 403                     | 1,00         | 1,00         | 34,50         | 121                            |
| Молоко в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 200         | АКП              | 17                      | 5,40         | 5,00         | 18,00         | 132                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1440</b> |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>42,76</b> | <b>42,59</b> | <b>202,31</b> | <b>1321</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





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

"29" апреля 2025 г

**2 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком | 100         | 2017             | 42                      | 1,82         | 6,28         | 10,34         | 105                            |
| Яйцо вареное  | 25          | 2008             | 213                     | 3,18         | 4,88         | 2,68          | 40                             |
| Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной        | 235/10/5    | 2017             | 82                      | 4,55         | 9,74         | 12,52         | 152                            |
| Рыба, тушеная с овощами                                   | 120         | 2016             | 254                     | 13,75        | 7,70         | 5,80          | 149                            |
| Рис отварной  | 200         | 2008             | 325                     | 5,51         | 8,10         | 34,17         | 233                            |
| Сок яблочный  | 200         | 2016             | 484                     | 0            | 0            | 23,00         | 92                             |
| Пряник глазированный                                      | 50          | АКП              | 172                     | 2,80         | 1,40         | 37,16         | 180                            |
| Мандарины   | 250         | 2016             | 399                     | 2,00         | 0,50         | 18,75         | 88                             |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами   | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами         | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                               | <b>1295</b> |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                     |             |                  |                         | <b>40,66</b> | <b>40,90</b> | <b>188,16</b> | <b>1259</b>                    |

Зав. производством  
Калькулятор





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

"30" апреля 2025 г

**3 день**

| Наименование  | Выход, г    | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Салат из квашеной капусты                               | 120         | 2008             | 40                      | 1,04         | 8,14         | 11,16         | 104                            |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей       | 240/10      | 2017             | 112                     | 4,27         | 6,04         | 19,90         | 144                            |
| Рагу из мяса птицы (курица)                             | 300         | 2016             | 334                     | 19,36        | 14,96        | 26,06         | 293                            |
| Напиток из плодов шиповника                             | 200         | 2008             | 441                     | 0,68         | 0,28         | 21,62         | 124                            |
| Булочка молочная  | 50          | 2008             | 477                     | 2,70         | 3,73         | 18,61         | 149                            |
| Йогурт в индивидуальной упаковке, м.д.ж. 2,5%           | 100         | АКП              | 3                       | 3,10         | 2,50         | 18,00         | 107                            |
| Мармелад  | 30          | АКП              | 14                      | 0,45         | 2,76         | 19,26         | 104                            |
| Пюре фруктовое в индивидуальной упаковке                | 90          | АКП              | 18                      | 0            | 0            | 12,50         | 188                            |
| Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами | 40          | АКП              | 1                       | 3,09         | 1,20         | 20,05         | 104                            |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 60          | АКП              | 2                       | 3,96         | 1,10         | 23,70         | 117                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                             | <b>1240</b> |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>                                   |             |                  |                         | <b>38,65</b> | <b>40,70</b> | <b>190,87</b> | <b>1434</b>                    |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_

