

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

01.09.2025

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	3,00	4,53	13,20	147,10
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
			1385				
Итого за день				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

/ О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

02.09.2025

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.6	Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,02	5,30	4,36	88,50
2008	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говяди	250/10/10	5,32	7,10	14,40	159,70
ТТК	9.7	Шницель рубленый мясной	100	8,22	11,66	4,04	147,90
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	6,50	6,40	39,50	254,40
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
			1180				
Итого за день				34,96	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

/ О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

03.09.2025

День: 3 Среда

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,20	4,40	20,75	147,40
ТТК	10.22	Котлета рубленая из филе куриного	100	10,93	6,22	9,94	160,83
ТТК	4.19	Ризотто (рис с овощами)	200	3,86	9,90	22,74	195,60
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1370				
Итого за день				45,11	46,87	207,29	1403,79

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

/ О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

04.09.2025

День: 4 четверг

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52/209	Салат из свеклы с яйцом	80/20	3,55	8,75	4,50	125,00
2012	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	250/10	4,40	2,90	16,15	125,70
ТТК	8.8	Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овоща	100/20	9,12	7,54	9,78	143,50
2008	333	Картофель отварной	200	3,83	7,06	27,10	187,10
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
			1290				
Итого за день				43,82	48,62	205,46	1392,50

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

/ О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____ Камедин А.В.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

05.09.2025

День: 5 Пятница

Неделя: 1

Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.49	Винегрет овощной	100	1,40	8,20	6,66	110,66
2008	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	4,70	7,00	28,30	170,80
ТТК	9.17	Голубцы ленивые	300	17,14	14,40	27,96	310,37
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.13	Напиток из протёртой брусники	200	0,50	0,10	24,10	95,20
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1350				
Итого за день				45,06	54,75	198,28	1357,59

Заведующий производством _____



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

08.09.2025

День: 6 Понедельник

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ реч.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	71	Салат из свежей моркови с яблоком	100	0,85	6,50	7,86	93,30
2012	70	Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной	250/15/10	6,10	8,30	18,00	171,00
ТТК	9.3	Печень, тушённая в соусе	120	11,12	12,02	10,23	205,00
2008	335	Пюре картофельное	200	4,11	7,10	27,00	188,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.2	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	21,30	95,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
			1165				
Итого за день				35,48	41,09	197,57	1272,50

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

09.09.2025

День: 7 Вторник

Неделя: 2

Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
ТТК	2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	9,75	3,87	12,62	136,50
ТТК	10.23	Паэлья с курицей	300	10,25	21,37	45,11	431,67
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1245				
Итого за день				41,20	47,91	185,71	1310,17

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

10.09.2025

День: 8 Среда

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.47	Салат витаминный	100	1,20	5,33	7,66	87,00
2008	98/228	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/20	7,12	2,88	19,60	132,40
ТТК	9.15	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	7,91	10,65	10,67	170,08
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	13.1	Напиток из шиповника	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1400				
Итого за день				43,55	46,34	197,45	1333,70

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

11.09.2025

День: 9 Четверг

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2,80	6,40	4,33	90,66
2012	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	5,10	6,00	10,90	112,10
ТТК	9.40	Печень по-строгановски	120	10,70	12,13	6,36	194,30
2024	192 н	Булгур с овощами	200	6,80	3,60	42,70	238,66
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
			1265				
Итого за день				42,50	37,80	202,97	1333,12

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

12.09.2025

День: 10 Пятница

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.42	Салат "Мозайка"	100	5,50	6,00	7,00	120,66
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и	250/15/10	9,85	7,20	15,06	178,80
ТТК	9.41	Паста Болоньезе "по-школьному"	300	11,31	15,15	41,85	296,35
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1360				
Итого за день				48,48	53,80	191,87	1343,77

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

15.09.2025

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	3,00	4,53	13,20	147,10
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
			1385				
Итого за день				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

16.09.2025

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прим. пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.6	Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,02	5,30	4,36	88,50
2008	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говяди	250/10/10	5,32	7,10	14,40	159,70
ТТК	9.7	Шницель рубленый мясной	100	8,22	11,66	4,04	147,90
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	6,50	6,40	39,50	254,40
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
			1180				
Итого за день				34,96	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

17.09.2025

День: 3 Среда

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,20	4,40	20,75	147,40
ТТК	10.22	Котлета рубленая из филе куриного	100	10,93	6,22	9,94	160,83
ТТК	4.19	Ризотто (рис с овощами)	200	3,86	9,90	22,74	195,60
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1370				
Итого за день				45,11	46,87	207,29	1403,79

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

_____ Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

18.09.2025

День: 4 четверг

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52/209	Салат из свеклы с яйцом	80/20	3,55	8,75	4,50	125,00
2012	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	250/10	4,40	2,90	16,15	125,70
ТТК	8.8	Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овоща	100/20	9,12	7,54	9,78	143,50
2008	333	Картофель отварной	200	3,83	7,06	27,10	187,10
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
			1290				
Итого за день				43,82	48,62	205,46	1392,50

Заведующий производством _____



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор _____ ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

_____ Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

19.09.2025

День: 5 Пятница

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.49	Винегрет овощной	100	1,40	8,20	6,66	110,66
2008	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	4,70	7,00	28,30	170,80
ТТК	9.17	Голубцы ленивые	300	17,14	14,40	27,96	310,37
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.13	Напиток из протёртой брусники	200	0,50	0,10	24,10	95,20
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1350				
Итого за день				45,06	54,75	198,28	1357,59

Заведующий производством _____



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

/ О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

22.09.2025

День: 6 Понедельник

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	71	Салат из свежей моркови с яблоком	100	0,85	6,50	7,86	93,30
2012	70	Щи из квашеной капусты с картофелем, отварной курицей и сметаной	250/15/10	6,10	8,30	18,00	171,00
ТТК	9.3	Печень, тушённая в соусе	120	11,12	12,02	10,23	205,00
2008	335	Пюре картофельное	200	4,11	7,10	27,00	188,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.2	Компот из апельсинов	200	0,50	0,10	21,30	95,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
			1165				
Итого за день				35,48	41,09	197,57	1272,50

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

/ О.В.Протасова

/ Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

23.09.2025

День: 7 Вторник

Неделя: 2

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
ТТК	2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	9,75	3,87	12,62	136,50
ТТК	10.23	Паэлья с курицей	300	10,25	21,37	45,11	431,67
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1245				
Итого за день				41,20	47,91	185,71	1310,17

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

24.09.2025

День: 8 Среда

Неделя: 2

Год изд.сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.47	Салат витаминный	100	1,20	5,33	7,66	87,00
2008	98/228	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/20	7,12	2,88	19,60	132,40
ТТК	9.15	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	7,91	10,65	10,67	170,08
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	13.1	Напиток из шиповника	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1400				
Итого за день				43,55	46,34	197,45	1333,70

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

25.09.2025

День: 9 Четверг

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Принем пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2,80	6,40	4,33	90,66
2012	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	5,10	6,00	10,90	112,10
ТТК	9.40	Печень по-строгановски	120	10,70	12,13	6,36	194,30
2024	192 н	Булгур с овощами	200	6,80	3,60	42,70	238,66
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
			1265				
Итого за день				42,50	37,80	202,97	1333,12

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

/ О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

/ Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное, сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

26.09.2025

День: 10 Пятница

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.42	Салат "Мозайка"	100	5,50	6,00	7,00	120,66
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и	250/15/10	9,85	7,20	15,06	178,80
ТТК	9.41	Паста Болоньезе "по-школьному"	300	11,31	15,15	41,85	296,35
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1360				
Итого за день				48,48	53,80	191,87	1343,77

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

Директор

ГБОУ школа №199 Приморского района

О.В.Протасова

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

29.09.2025

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	3,00	4,53	13,20	147,10
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
			1385				
Итого за день				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством



СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ школа №199 Приморского района

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

О.В.Протасова

Камедин А.В.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

30.09.2025

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.6	Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,02	5,30	4,36	88,50
2008	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говяди	250/10/10	5,32	7,10	14,40	159,70
ТТК	9.7	Шницель рубленый мясной	100	8,22	11,66	4,04	147,90
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	6,50	6,40	39,50	254,40
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентам	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
			1180				
Итого за день				34,96	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством

