СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 0BE60EFAA1B436A7B6E753276925C25A
Владелец: Протасова Ольга Валерьевна
Действителен: с 03.06.2025 до 27.08.2026

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

02.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
7 день							
Обед							
Огурец солёный порционно	150	ТТК	1.5	2,20	2,15	7,00	26,50
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	300/20	ТТК	2.11	16,46	9,32	25,12	216,60
Паэлья с курицей	350	ТТК	10.23	10,25	21,37	45,11	531,67
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Мандарины	300	2011	338	2,40	0,30	22,32	114,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1755**			**61,91**	**64,27**	**264,62**	**1856,77**
Всего за день:				**61,91**	**64,27**	**264,62**	**1856,77**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

03.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
8 день							
Завтрак							
Обед							
Салат витаминный	150	ТТК	1.47	1,20	5,33	7,66	87,00
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	300/25	2008	98/228	15,44	5,37	28,18	210,08
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	150/20	ТТК	9.15	13,75	21,46	25,54	338,89
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	250	ТТК	4.8	15,28	16,75	25,25	242,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Напиток из шиповника	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Вафли	40	ТТК	12.11	2,88	4,46	19,60	124,00
Булочка "Домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	**1670**			**67,95**	**71,60**	**275,10**	**1874,22**
Всего за день:				**67,95**	**71,60**	**275,10**	**1874,22**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» АО «КСП «Парголово» для документов Санкт-Петербург

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____ Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

04.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
9 день							
Обед							
Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	150	2011	52	4,80	9,40	8,33	100,66
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	300/25/20	2011	99	11,16	10,83	25,06	285,10
Печень по-строгановски	150	2011	255	16,36	13,19	14,22	270,38
Картофель отварной	250	2008	333	8,83	14,07	35,07	257,11
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Груша свежая	300	2011	338	1,20	0,90	30,90	141,00
Печенье в ассортименте	90	ТТК	12.5	11,00	12,50	38,60	277,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	**1750**			**68,45**	**69,62**	**246,75**	**1848,05**
Всего за день:				**68,45**	**69,62**	**246,75**	**1848,05**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

05.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
10 день							
Обед							
Салат "Мозайка"	150	ТТК	1.42	8,50	9,00	11,00	145,66
Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	300/25/20	2008	76	12,25	18,80	32,10	274,20
Паста Болоньезе "По-школьному"	350	ТТК	9.41	13,31	15,15	45,85	416,35
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Зефир витаминизированный	70	ТТК	12.1	1,26	0,20	46,20	203,20
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1625**			**54,02**	**65,48**	**286,32**	**1844,41**
Всего за день:				**54,02**	**65,48**	**286,32**	**1844,41**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

06.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
11 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты	150	2008	40	2,60	7,10	11,70	103,00
Суп картофельный с горохом и гренками	300/25	2012	81/116	15,32	19,01	42,79	266,79
Жаркое по-домашнему со свининой	350	2011	259	22,71	31,76	29,91	613,62
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Апельсин свежий	300	2011	338	2,70	0,60	24,30	129,00
Вафли	80	ТТК	12.11	5,60	9,00	38,20	248,00
Итого за прием пищи:	**1717**			**64,43**	**76,10**	**244,87**	**1886,61**
Всего за день:				**64,43**	**76,10**	**244,87**	**1886,61**

Заведующий производством_____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

10. 03. 2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день							
Обед							
Салат из свежей капусты с огурцом	150	ТТК	1.6	1,53	7,95	6,54	132,75
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	300/25/20	2008	76	16,38	18,52	26,85	251,64
Шницель рубленый мясной	150	ТТК	9.7	19,86	23,99	14,85	277,48
Макаронные изделия отварные	250	2008	331	15,33	16,40	41,73	254,67
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1680**			**80,40**	**96,59**	**283,24**	**1949,74**
Всего за день:				**80,40**	**96,59**	**283,24**	**1949,74**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

11.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
3 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты	150	2008	40	2,50	8,10	11,70	123,00
Суп картофельный с горохом и гренками	300/25	2012	81/116	15,32	19,01	42,79	266,79
Котлета рубленая из филе куриного	150	ТТК	10.22	18,12	11,46	21,93	253,00
Ризотто (рис с овощами)	250	ТТК	4.9	11,45	18,39	32,16	304,89
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Груша свежая	300	2011	338	1,20	0,90	30,90	141,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Булочка "Домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	**1760**			**70,89**	**77,39**	**283,85**	**1906,08**
Всего за день:				**70,89**	**77,39**	**283,85**	**1906,08**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

12.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
4 день							
Обед							
Салат из свеклы с яйцом	150	2011	52/209	7,55	13,75	8,50	145,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	300/25	2012	82	10,56	11,36	29,32	180,40
Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	150/30	ТТК	8.8	19,12	15,54	19,78	213,50
Картофель отварной	250	2008	333	8,83	14,07	35,07	257,11
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	**1715**			**76,68**	**84,05**	**301,89**	**1891,81**
Всего за день:				**76,68**	**84,05**	**301,89**	**1891,81**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Парголовский комбинат социального питания» АО «КСП «Парголово» для документов Санкт-Петербург

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____ Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

13.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
5 день							
Обед							
Винегрет овощной	150	ТТК	1.49	3,40	10,20	9,66	130,66
Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	300/25/20	2008	91	13,10	18,21	55,10	385,60
Голубцы ленивые	350	ТТК	9.17	17,14	14,40	32,96	408,37
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
Апельсин свежий	300	2011	338	2,70	0,60	24,30	129,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	23,20	101,60
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Всего за прием пищи:	**1740**			**58,07**	**67,04**	**280,99**	**1925,43**
Всего за день:				**58,07**	**67,04**	**280,99**	**1925,43**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

16.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
7 день							
Обед							
Огурец солёный порционно	150	ТТК	1.5	2,20	2,15	7,00	26,50
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	300/20	ТТК	2.11	16,46	9,32	25,12	216,60
Паэлья с курицей	350	ТТК	10.23	10,25	21,37	45,11	531,67
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Мандарины	300	2011	338	2,40	0,30	22,32	114,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1755**			**61,91**	**64,27**	**264,62**	**1856,77**
Всего за день:				**61,91**	**64,27**	**264,62**	**1856,77**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____ Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

17.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
8 день							
Завтрак							
Обед							
Салат витаминный	150	ТТК	1.47	1,20	5,33	7,66	87,00
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	300/25	2008	98/228	15,44	5,37	28,18	210,08
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	150/20	ТТК	9.15	13,75	21,46	25,54	338,89
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	250	ТТК	4.8	15,28	16,75	25,25	242,85
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Напиток из шиповника	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Вафли	40	ТТК	12.11	2,88	4,46	19,60	124,00
Булочка "Домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	**1670**			**67,95**	**71,60**	**275,10**	**1874,22**
Всего за день:				**67,95**	**71,60**	**275,10**	**1874,22**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

18. 03. 2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
9 день							
Обед							
Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	150	2011	52	4,80	9,40	8,33	100,66
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	300/25/20	2011	99	11,16	10,83	25,06	285,10
Печень по-строгановски	150	2011	255	16,36	13,19	14,22	270,38
Картофель отварной	250	2008	333	8,83	14,07	35,07	257,11
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Груша свежая	300	2011	338	1,20	0,90	30,90	141,00
Печенье в ассортименте	90	ТТК	12.5	11,00	12,50	38,60	277,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за прием пищи:	**1750**			**68,45**	**69,62**	**246,75**	**1848,05**
Всего за день:				**68,45**	**69,62**	**246,75**	**1848,05**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

19.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
10 день							
Обед							
Салат "Мозайка"	150	ТТК	1.42	8,50	9,00	11,00	145,66
Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	300/25/20	2008	76	12,25	18,80	32,10	274,20
Паста Болоньезе "По-школьному"	350	ТТК	9.41	13,31	15,15	45,85	416,35
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Зефир витаминизированный	70	ТТК	12.1	1,26	0,20	46,20	203,20
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1625**			**54,02**	**65,48**	**286,32**	**1844,41**
Всего за день:				**54,02**	**65,48**	**286,32**	**1844,41**

Заведующий производством_____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

20.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
11 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты	150	2008	40	2,60	7,10	11,70	103,00
Суп картофельный с горохом и гренками	300/25	2012	81/116	15,32	19,01	42,79	266,79
Жаркое по-домашнему со свининой	350	2011	259	22,71	31,76	29,91	613,62
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Апельсин свежий	300	2011	338	2,70	0,60	24,30	129,00
Вафли	80	ТТК	12.11	5,60	9,00	38,20	248,00
Итого за прием пищи:	**1717**			**64,43**	**76,10**	**244,87**	**1886,61**
Всего за день:				**64,43**	**76,10**	**244,87**	**1886,61**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» АО «КСП «Парголово» для документов Санкт-Петербург

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

23.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
1 день							
Обед							
Огурец солёный порционно	150	ТТК	1.5	2,20	2,15	7,00	26,50
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	300/25/20	2012	72	14,68	15,44	25,84	276,52
Гуляш	150	ТТК	9.42	24,61	25,99	20,92	338,46
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	250	ТТК	4.8	15,28	16,75	25,25	242,85
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Мандарины	300	2011	338	2,40	0,30	22,32	114,00
Вафли	40	ТТК	12.11	2,88	4,46	19,60	124,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	**1670**			**82,47**	**85,72**	**271,95**	**1880,13**
Всего за день:				**82,47**	**85,72**	**271,95**	**1880,13**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» АО «КСП «Парголово» для документов Санкт-Петербург

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

24.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день							
Обед							
Салат из свежей капусты с огурцом	150	ТТК	1.6	1,53	7,95	6,54	132,75
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	300/25/20	2008	76	16,38	18,52	26,85	251,64
Шницель рубленый мясной	150	ТТК	9.7	19,86	23,99	14,85	277,48
Макаронные изделия отварные	250	2008	331	15,33	16,40	41,73	254,67
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за прием пищи:	**1680**			**80,40**	**96,59**	**283,24**	**1949,74**
Всего за день:				**80,40**	**96,59**	**283,24**	**1949,74**

Заведующий производством_____

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____ Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____**Камедин А.В.**

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

25.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
3 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты	150	2008	40	2,50	8,10	11,70	123,00
Суп картофельный с горохом и гренками	300/25	2012	81/116	15,32	19,01	42,79	266,79
Котлета рубленая из филе куриного	150	ТТК	10.22	18,12	11,46	21,93	253,00
Ризотто (рис с овощами)	250	ТТК	4.9	11,45	18,39	32,16	304,89
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Груша свежая	300	2011	338	1,20	0,90	30,90	141,00
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Булочка "Домашняя"	100	ТТК	14.2	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за прием пищи:	**1760**			**70,89**	**77,39**	**283,85**	**1906,08**
Всего за день:				**70,89**	**77,39**	**283,85**	**1906,08**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____Камедин А.В.

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

26.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
4 день							
Обед							
Салат из свеклы с яйцом	150	2011	52/209	7,55	13,75	8,50	145,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	300/25	2012	82	10,56	11,36	29,32	180,40
Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	150/30	ТТК	8.8	19,12	15,54	19,78	213,50
Картофель отварной	250	2008	333	8,83	14,07	35,07	257,11
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Яблоко свежее	300	2011	338	1,20	1,20	29,40	141,00
Печенье в ассортименте	75	ТТК	12.5	9,00	7,50	33,60	207,00
Плюшка "Московская"	100	ТТК	14.1	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за прием пищи:	**1715**			**76,68**	**84,05**	**301,89**	**1891,81**
Всего за день:				**76,68**	**84,05**	**301,89**	**1891,81**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» Санкт-Петербург АО «КСП «Парголово» для документов

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа №199

_____Протасова О.В.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

_____Камедин А.В.

Ежедневное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

27.03.2026

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энер-гетическая ценность, ккал.
5 день							
Обед							
Винегрет овощной	150	ТТК	1.49	3,40	10,20	9,66	130,66
Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	300/25/20	2008	91	13,10	18,21	55,10	385,60
Голубцы ленивые	350	ТТК	9.17	17,14	14,40	32,96	408,37
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	75	ТТК	15.1	6,00	3,48	38,97	204,00
Напиток из протёртой брусники	200	ТТК	13.13	0,50	0,10	24,10	95,20
Апельсин свежий	300	2011	338	2,70	0,60	24,30	129,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	23,20	101,60
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
Сдоба обыкновенная	75	ТТК	14.3	5,70	14,90	37,20	246,00
Всего за прием пищи:	**1740**			**58,07**	**67,04**	**280,99**	**1925,43**
Всего за день:				**58,07**	**67,04**	**280,99**	**1925,43**

Заведующий производством_____

Акционерное общество «Комбинат социального питания «Парголово» * Санкт-Петербург * АО «КСП «Парголово» для документов