



Согласовано

ГБОУ СОШ № 573

Директор

И.В. Назарова

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"02"

февраля

2026 г

7 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| сурец солёный порционно | 100 | ТТК | 1.5 | 0,80 | 0,10 | 2,00 | 11,00 |
| филе куриное с вермишелью и яйцом | 260 | ТТК | 2.4 | 9,75 | 3,87 | 12,62 | 136,50 |
| салат с курицей | 300 | ТТК | 44105 | 10,25 | 21,37 | 45,11 | 431,67 |
| хлеб ржаной обогащенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогащенный микроэлементами | 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 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| апельсин свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,80 | 0,10 | 7,50 | 38,00 |
| пюре картофельное | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| Итого за прием пищи: | 1295 | | | 41,20 | 47,91 | 185,71 | 1310,17 |
| Итого за день: | | | | 41,20 | 47,91 | 185,71 | 1310,17 |

в.производством _____

инспектор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"03" февраля 2026 г

8 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| Бисквит витаминный | 100 | ТТК | 1.47 | 1,20 | 5,33 | 7,66 | 87,00 |
| Суп рыбный с картофелем и перловой крупой | 270 | 2008 | 98/228 | 7,12 | 2,88 | 19,60 | 132,40 |
| Салат мясные в соусе сметанном с томатом | 120 | ТТК | 9.15 | 7,91 | 10,65 | 10,67 | 170,08 |
| Макароны гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 200 | ТТК | 4.18 | 4,80 | 6,13 | 13,86 | 129,86 |
| Стейк нарезной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| Чай пакетик из шиповника | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| Сыр сливочный свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| Сметана м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| Сладкая булочка "домашняя" | 100 | ТТК | 14.2 | 7,20 | 10,80 | 49,80 | 300,60 |
| Итого за прием пищи: | 1010 | | | 43,55 | 46,34 | 197,45 | 1333,70 |
| Итого за день: | | | | 43,55 | 46,34 | 197,45 | 1333,70 |

Составлено в производством _____

Контроль осуществляет диетолог _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"04" февраля 2026 г

9 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| алат из свёклы отварной с подсолнечным маслом | 100 | 2011 | 52 | 2,80 | 6,40 | 4,33 | 90,66 |
| уп из овощей с курицей отварной и сметаной | 275 | 2012 | 64 | 5,10 | 6,00 | 10,90 | 112,10 |
| ечень по-строгановски | 120 | ТТК | 9.40 | 10,70 | 12,13 | 6,36 | 194,30 |
| артофель отварной | 200 | 2008 | 333 | 3,83 | 7,06 | 27,10 | 187,10 |
| атон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| леб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| омпот из свежих яблок | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| руша свежая | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| огурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| ряник | 60 | ТТК | 12.3 | 3,60 | 1,80 | 46,80 | 201,60 |
| итого за прием пищи: | 1315 | | | 39,53 | 41,26 | 187,37 | 1281,56 |
| сего за день: | | | | 39,53 | 41,26 | 187,37 | 1281,56 |

ав.производством _____

калькулятор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"05" февраля 2026 г

10 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| лаг "Мозайка" | 100 | ТТК | 1.42 | 5,50 | 6,00 | 7,00 | 120,66 |
| рпц с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной | 275 | 2008 | 76 | 9,85 | 7,20 | 15,06 | 178,80 |
| паста Болоньезе "по-школьному" | 300 | ТТК | 9.39 | 11,31 | 15,15 | 41,85 | 296,35 |
| котлетная нарезная обогащённая микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| пюре ржанно-пшеничное обогащённое микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| сок фруктовый (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| бублик свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| вода обыкновенная | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| того за прием пищи: | 1360 | | | 48,48 | 53,80 | 191,87 | 1343,77 |
| того за день: | | | | 48,48 | 53,80 | 191,87 | 1343,77 |

в.производством _____

алькулятор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"06" февраля 2026 г

11 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из квашеной капусты | 100 | 2008 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| суп картофельный с горохом и гречками | 260 | 2012 | 81/116 | 6,20 | 4,40 | 20,75 | 147,40 |
| фаршое по-домашнему со свиной | 300 | ТТК | 9.12 | 15,62 | 18,67 | 29,00 | 346,71 |
| хлеб ржаной с отрубями обогащенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогащенный микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из смеси сухофруктов | 200 | ТТК | 13.4 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| пельмени свежие | 100 | 2011 | 338 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| кефир витаминизированный | 35 | ТТК | 12.1 | 0,63 | 0,10 | 28,20 | 101,60 |
| того за прием пищи: | 1255 | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |
| того за день: | | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |

г. Санкт-Петербург, _____

директор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"09" февраля 2026 г

1 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| хачапури соленый порционно | 100 | ТТК | 1.5 | 0,80 | 0,10 | 2,00 | 11,00 |
| салат по-уральски с крупой и курицей, со сметаной | 275 | 2012 | 72 | 3,00 | 4,53 | 13,20 | 147,10 |
| блинчик | 100 | ТТК | 9.38 | 11,24 | 12,30 | 8,40 | 214,20 |
| пюре гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 200 | ТТК | 4.18 | 4,80 | 6,13 | 13,86 | 129,86 |
| фарш фаршированный обогатщенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб ржано-пшеничный обогатщенный 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 |
| апельсин свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,80 | 0,10 | 7,50 | 38,00 |
| молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| шоколад "Московская" | 100 | ТТК | 14.1 | 8,62 | 14,40 | 61,65 | 329,80 |
| Итого за прием пищи: | 1385 | | | 44,98 | 47,71 | 192,37 | 1337,52 |
| Итого за день: | | | | 44,98 | 47,71 | 192,37 | 1337,52 |

в.производителем _____

инспектором _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"10" февраля 2026 г

2 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из свежей капусты с огурцом | 100 | ТТК | 1.6 | 1,02 | 5,30 | 4,36 | 88,50 |
| фарш с капустой и картофелем, отварной говядиной и с | 270 | 2008 | 76 | 5,32 | 7,10 | 14,40 | 159,70 |
| хачапури рубленый мясной | 100 | ТТК | 9.7 | 8,22 | 11,66 | 4,04 | 147,90 |
| макаронные изделия отварные | 200 | 2008 | 331 | 7,30 | 6,40 | 39,50 | 254,40 |
| хлеб ржаной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из смеси сухофруктов | 200 | ТТК | 13.4 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| итого за прием пищи: | 1230 | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |
| итого за день: | | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |

в.производством _____

инспектор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"11" февраля 2026 г

3 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из квашеной капусты | 100 | 2008 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| пюре картофельный с горохом и гречками | 260 | 2012 | 81/116 | 6,20 | 4,40 | 20,75 | 147,40 |
| котлета рубленая из филе куриного | 100 | ТТК | 10.22 | 10,93 | 6,22 | 9,94 | 160,83 |
| салат (рис с овощами) | 200 | ТТК | 4.19 | 3,86 | 9,90 | 22,74 | 195,60 |
| хлеб нарезной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из свежих яблок | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| бульон свежая | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| печенье "домашняя" | 100 | ТТК | 14.2 | 7,20 | 10,80 | 49,80 | 300,60 |
| итого за прием пищи: | 1370 | | | 45,11 | 46,87 | 207,29 | 1403,79 |
| итого за день: | | | | 45,11 | 46,87 | 207,29 | 1403,79 |

в.производством _____

алькулятор _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"12" февраля 2026 г

4 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из свеклы с яйцом | 100 | ТТК | 52.2 | 3,55 | 8,75 | 4,50 | 125,00 |
| паста с макаронными изделиями, картофелем и курицей вареной | 260 | 2012 | 82 | 4,40 | 2,90 | 16,15 | 125,70 |
| филе рыбные в соусе кисло-сладком с овощами | 120 | ТТК | 8.8 | 9,12 | 7,54 | 9,78 | 143,50 |
| картофель отварной | 200 | 2008 | 333 | 3,83 | 7,06 | 27,10 | 187,10 |
| хлеб ржаной обогащенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб ржаной-пшеничный обогащенный микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| сок фруктовый (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| молоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| шоколад "Московская" | 100 | ТТК | 14.1 | 8,62 | 14,40 | 61,65 | 329,80 |
| итого за прием пищи: | 1220 | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |
| итого за день: | | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |

в.производством _____

инспектор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"13" февраля 2026 г

5 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| пюре овощной | 100 | ТТК | 1.49 | 1,40 | 8,20 | 6,66 | 110,66 |
| сосиски ленинградский с перловой крупой, курицей варной и сметаной | 265 | 2008 | 91 | 4,70 | 7,00 | 28,30 | 170,80 |
| пюре ленивые | 300 | ТТК | 9.8 | 17,14 | 14,40 | 27,96 | 310,37 |
| котлетный фарш обогащенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| пюре ржано-пшеничное обогащенное микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| пюре из протертой брусники | 200 | ТТК | 13.13 | 0,50 | 0,10 | 24,10 | 95,20 |
| пюре сельди свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| пюре обыкновенная | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| итого за прием пищи: | 1350 | | | 45,06 | 54,75 | 198,28 | 1357,59 |
| итого за день: | | | | 45,06 | 54,75 | 198,28 | 1357,59 |

в.производством _____

инспектор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"16" февраля 2026 г

7 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| урец солёный порционно | 100 | ТТК | 1.5 | 0,80 | 0,10 | 2,00 | 11,00 |
| льон куриный с вермишелью и яйцом | 260 | ТТК | 2.4 | 9,75 | 3,87 | 12,62 | 136,50 |
| зелья с курицей | 300 | ТТК | 44105 | 10,25 | 21,37 | 45,11 | 431,67 |
| тон нарезной обогащённый микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| леб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами | 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 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| апельсин свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,80 | 0,10 | 7,50 | 38,00 |
| доба обыкновенная | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| итого за прием пищи: | 1295 | | | 41,20 | 47,91 | 185,71 | 1310,17 |
| итого за день: | | | | 41,20 | 47,91 | 185,71 | 1310,17 |

в.производством _____

инспектор _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"17" февраля 2026 г

8 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| лат витаминный | 100 | ТТК | 1.47 | 1,20 | 5,33 | 7,66 | 87,00 |
| п рыбный с картофелем и перловой крупой | 270 | 2008 | 98/228 | 7,12 | 2,88 | 19,60 | 132,40 |
| фтели мясные в соусе сметанном с томатом | 120 | ТТК | 9.15 | 7,91 | 10,65 | 10,67 | 170,08 |
| ша гречневая рассыпчатая "по-домашнему" | 200 | ТТК | 4.18 | 4,80 | 6,13 | 13,86 | 129,86 |
| тон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| леб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| питок из шиповника | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| блоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| олоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| лочка "домашняя" | 100 | ТТК | 14.2 | 7,20 | 10,80 | 49,80 | 300,60 |
| того за прием пищи: | 1010 | | | 43,55 | 46,34 | 197,45 | 1333,70 |
| того за день: | | | | 43,55 | 46,34 | 197,45 | 1333,70 |

в.производством _____

алькулятор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"18" февраля 2026 г

9 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом | 100 | 2011 | 52 | 2,80 | 6,40 | 4,33 | 90,66 |
| салат из овощей с курицей отварной и сметаной | 275 | 2012 | 64 | 5,10 | 6,00 | 10,90 | 112,10 |
| суп куриный по-строгановски | 120 | ТТК | 9.40 | 10,70 | 12,13 | 6,36 | 194,30 |
| картофель отварной | 200 | 2008 | 333 | 3,83 | 7,06 | 27,10 | 187,10 |
| хлеб ржаной с отрубями обогащённый микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогащённый микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из свежих яблок | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| суп куриный свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| чай зеленый | 60 | ТТК | 12.3 | 3,60 | 1,80 | 46,80 | 201,60 |
| Итого за прием пищи: | 1315 | | | 39,53 | 41,26 | 187,37 | 1281,56 |
| Итого за день: | | | | 39,53 | 41,26 | 187,37 | 1281,56 |

в.производством _____

инспектор _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"19" февраля 2026 г

10 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат "Мозайка" | 100 | ТТК | 1.42 | 5,50 | 6,00 | 7,00 | 120,66 |
| рпш с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной | 275 | 2008 | 76 | 9,85 | 7,20 | 15,06 | 178,80 |
| салат Болоньезе "по-школьному" | 300 | ТТК | 9.39 | 11,31 | 15,15 | 41,85 | 296,35 |
| хлеб ржаной обогатщенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогатщенный микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| яблоко фруктовый (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| пюре картофельная | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| Итого за прием пищи: | 1360 | | | 48,48 | 53,80 | 191,87 | 1343,77 |
| Итого за день: | | | | 48,48 | 53,80 | 191,87 | 1343,77 |

в.производством _____

инспектор _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"20" февраля 2026 г

11 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из квашеной капусты | 100 | 2008 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| суп картофельный с горохом и гречками | 260 | 2012 | 81/116 | 6,20 | 4,40 | 20,75 | 147,40 |
| фарш по-домашнему со свиной | 300 | ТТК | 9.12 | 15,62 | 18,67 | 29,00 | 346,71 |
| хлеб из ржаной обогатённый микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогатённый микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из смеси сухофруктов | 200 | ТТК | 13.4 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| пельмени свежие | 100 | 2011 | 338 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| кефир витаминизированный | 35 | ТТК | 12.1 | 0,63 | 0,10 | 28,20 | 101,60 |
| итого за прием пищи: | 1255 | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |
| итого за день: | | | | 38,45 | 35,94 | 178,73 | 1179,91 |

Составлено в производственном _____

Секретарь _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"24" февраля 2026 г

2 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из свежей капусты с огурцом | 100 | ТТК | 1.6 | 1,02 | 5,30 | 4,36 | 88,50 |
| фарш с капустой и картофелем, отварной говядиной и соусом | 270 | 2008 | 76 | 5,32 | 7,10 | 14,40 | 159,70 |
| сэндвич рубленый мясной | 100 | ТТК | 9.7 | 8,22 | 11,66 | 4,04 | 147,90 |
| печенье сахарное изделия отварные | 200 | 2008 | 331 | 7,30 | 6,40 | 39,50 | 254,40 |
| салат нарезной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из смеси сухофруктов | 200 | ТТК | 13.4 | 0,60 | 0,10 | 23,50 | 97,20 |
| яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| итого за прием пищи: | 1230 | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |
| итого за день: | | | | 35,76 | 38,33 | 157,08 | 1153,10 |

в.производством _____

инспектор _____



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

"25" февраля 2026 г

3 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из квашеной капусты | 100 | 2008 | 40 | 1,60 | 5,10 | 7,70 | 83,00 |
| пюре картофельное с горохом и гречками | 260 | 2012 | 81/116 | 6,20 | 4,40 | 20,75 | 147,40 |
| котлета рубленая из филе куриного | 100 | ТТК | 10.22 | 10,93 | 6,22 | 9,94 | 160,83 |
| соте (рис с овощами) | 200 | ТТК | 4.19 | 3,86 | 9,90 | 22,74 | 195,60 |
| хлеб нарезной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| компот из свежих яблок | 200 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| шоколад м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| ушка свежая | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| печенье "домашняя" | 100 | ТТК | 14.2 | 7,20 | 10,80 | 49,80 | 300,60 |
| итого за прием пищи: | 1370 | | | 45,11 | 46,87 | 207,29 | 1403,79 |
| итого за день: | | | | 45,11 | 46,87 | 207,29 | 1403,79 |

с.производством _____

с.культура _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"26" февраля 2026 г

4 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| салат из свеклы с яйцом | 100 | ТТК | 52.2 | 3,55 | 8,75 | 4,50 | 125,00 |
| пицца с макаронными изделиями, картофелем и курицей вареной | 260 | 2012 | 82 | 4,40 | 2,90 | 16,15 | 125,70 |
| котлеты рыбные в соусе кисло-сладком с овощами | 120 | ТТК | 8.8 | 9,12 | 7,54 | 9,78 | 143,50 |
| картофель отварной | 200 | 2008 | 333 | 3,83 | 7,06 | 27,10 | 187,10 |
| хлеб ржаной с отрубями обогащенный микроэлементами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| хлеб пшенично-ржаной обогащенный микроэлементами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| сок фруктовый (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| молоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| шоколад "Московская" | 100 | ТТК | 14.1 | 8,62 | 14,40 | 61,65 | 329,80 |
| итого за прием пищи: | 1220 | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |
| итого за день: | | | | 43,82 | 48,62 | 205,46 | 1392,50 |

в.производством _____

инспектор _____



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"27" февраля 2026 г

5 день

| Наименование | Выход, г | Сборник рецептов | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| инегрет овощной | 100 | ТТК | 1.49 | 1,40 | 8,20 | 6,66 | 110,66 |
| ассольник ленинградский с перловой крупой, курицей гварной и сметаной | 265 | 2008 | 91 | 4,70 | 7,00 | 28,30 | 170,80 |
| олубцы ленивые | 300 | ТТК | 9.8 | 17,14 | 14,40 | 27,96 | 310,37 |
| атон нарезной обогащённый микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| леб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60 | ТТК | 15.4 | 4,80 | 2,55 | 30,60 | 138,00 |
| апиток из протёртой брусники | 200 | ТТК | 13.13 | 0,50 | 0,10 | 24,10 | 95,20 |
| пельсин свежий | 100 | 2011 | 338 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| олоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке | 200 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| доба обыкновенная | 75 | ТТК | 14.3 | 5,70 | 14,90 | 37,20 | 246,00 |
| того за прием пищи: | 1350 | | | 45,06 | 54,75 | 198,28 | 1357,59 |
| того за день: | | | | 45,06 | 54,75 | 198,28 | 1357,59 |

ив.производством _____

алькулятор _____