



Согласовано  
 Директор ГБОУ  
*А.С.С.С.С.*  
 Д.А.

Утверждаю  
 Генеральный директор  
 ООО "ГК Северная Столица"  
 Левин Д.А.  
 \_\_\_\_\_ г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню раннего горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся младших классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход, г	Технологическая норма	№ рецептуры или технологическая карта (об. карты)	Белок, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав (мг)					Минеральный состав (мг)				
								В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Еп		
<b>Итого за день</b>																	
<b>Обед</b>																	
Пшеница-сладкая (дуголом)	150	2021	54-33	1,75	0,73	4,28	24,07	0,07	28,13	0,015	0,80	15,75	29,25	###	1,03		
Сух. дрожжевой с микроэлементами, кукурузный и сахарный	300/360/10	2008	100	0,00	9,89	25,01	245,45	0,15	27,80	0,360	0,30	51,40	###	###	1,82		
Жирное молоко-стерилизованное	300	2017	259	0,00	74,84	24,61	405,57	0,05	0,00	0,070	2,64	17,00	###	###	2,40		
Молочный коктейль в мл. упаковке	200	к/к	к/к	6,60	6,60	19,50	158,00	0,08	2,73	0,046	0,00	252,00	###	###	0,21		
Мандарин свежий	200	к/к	к/к	1,62	0,62	23,08	104,00	0,12	53,40	0,000	0,40	74,00	40,00	###	0,30		
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	###	###	0,54		
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	1,55		
Батон обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48		
Зефир витаминизированный в мл. упаковке	35	к/к	к/к	0,03	0,03	27,90	112,00	0,07	0,00	0,050	0,54	8,75	4,20	2,10	0,49		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1525</b>			<b>49</b>	<b>43,02</b>	<b>191,4</b>	<b>1348,64</b>	<b>0,68</b>	<b>162,05</b>	<b>0,553</b>	<b>5,98</b>	<b>447,8</b>	<b>957,6</b>	<b>157</b>	<b>8,82</b>		
<b>Всего за день:</b>	<b>1525</b>			<b>49</b>	<b>43,02</b>	<b>191,4</b>	<b>1348,64</b>	<b>0,68</b>	<b>162,05</b>	<b>0,553</b>	<b>5,98</b>	<b>447,8</b>	<b>957,6</b>	<b>157</b>	<b>8,82</b>		

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход, г	Групповые за и нормативная документация (сборник инструкций)	№ рецептуры или технологическая карта	Белки Всего	Жиры Всего	Углево- ды Всего	Энергетичес- кая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)									
								С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
								г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г	г
<b>2 день.</b>																						
<b>Обед</b>																						
Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03 - с луком зеленым)	150	2021	54-16а	1,86	13,35	10,13	167,80	0,05	0,375	6,75	30,00	54,37	###	###	###	1,13						
Суп картофельный с рыбой	300/30	2008	98	8,13	4,28	24,52	169,40	0,15	0,290	2,00	34,10	###	###	###	1,50							
Рис отварной с овощами	150	2008	314/366	###	19,30	22,90	360,00	0,13	0,175	4,55	117,50	###	###	###	2,65							
Яблоко свежее	200	2016	334	4,00	5,73	36,14	212,10	0,06	0,000	0,27	15,06	95,90	###	###	0,80							
Вафли	150	к/к	к/к	0,47	0,47	12,54	56,40	0,04	0,000	0,48	19,20	13,20	###	###	2,64							
Компот из сухофруктов	100	к/к	к/к	2,80	3,30	77,30	350,00	0,03	0,010	0,70	16,00	36,00	###	###	1,50							
Йогурт фруктовый в инд. упаковке	200	2021	54-1хн	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,015	0,05	50,00	4,00	2,00	0,10								
Производитель, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	136,00	###	###	###	0,10							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,000	0,61	10,32	63,60	###	###	1,55							
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1505</b>			<b>###</b>	<b>50,34</b>	<b>###</b>	<b>1693,90</b>	<b>0,60</b>	<b>0,899</b>	<b>15,90</b>	<b>435,76</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,45</b>							
<b>Всего за день:</b>	<b>1505</b>			<b>###</b>	<b>50,34</b>	<b>###</b>	<b>1693,90</b>	<b>0,60</b>	<b>0,899</b>	<b>15,90</b>	<b>435,76</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,45</b>							

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
							Всего	Всего	Всего	Всего	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са
<b>3 день</b>															
<b>Обед</b>															
Салат "Столичный"	150	2018	###	15,90	18,98	264,90	0,12	4,10	0,290	4,23	32,40	###	###	###	1,88
Котлета рыбная с соусом томатным	150	2008	###	11,70	20,50	231,00	0,22	9,60	0,200	0,20	49,70	###	###	###	1,60
Картофельное пюре	200	2008	4,13	7,20	27,20	189,80	0,19	6,70	0,560	5,80	66,50	###	###	###	2,10
Сок фруктовый яблочный	200	2008	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,27	62,60	###	###	###	1,50
Пряники	100	к/к	5,90	4,70	75,00	366,00	0,08	0,00	0,000	2,40	11,00	50,00	9,00	0,80	0,80
Йогурт фруктовый в инд. упаковке	125	к/к	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	0,00	136,00	###	###	###	0,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	###	1,55
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48	0,48
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1365</b>		<b>###</b>	<b>60,67</b>	<b>###</b>	<b>1741,90</b>	<b>0,90</b>	<b>25,40</b>	<b>1,204</b>	<b>14,20</b>	<b>390,10</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,81</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1365</b>		<b>###</b>	<b>60,67</b>	<b>###</b>	<b>1741,90</b>	<b>0,90</b>	<b>25,40</b>	<b>1,204</b>	<b>14,20</b>	<b>390,10</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,81</b>

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню районов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход, г	Учебно-образовательный документ (сборник рецептур)	№ рецептуры или идентификационный код карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
				Всего	г	Всего	г	Всего	г		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe						
				г	г	г	г	г	г		г	г	г	г	г	г	г	г	г	г				
<b>4 день</b>																								
<b>Обед</b>																								
Огурец свежий (кусочком)	150	2021	54-2з	1,05	0,15	2,83	16,80	0,05	11,25	0,025	7,65	25,90	47,25	0,68										
Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	300/10	2008	76	3,79	6,42	14,45	131,16	0,06	13,19	0,260	0,23	60,64	68,38	1,56										
Пшеница рупеевский из тоwarzни с соусом	150	2008	272/364	###	20,50	17,35	331,00	0,10	0,50	0,050	4,55	16,50	###	2,50										
Рагу овощное (3-й вариант)	200	2008	351	5,60	10,90	20,90	204,57	0,93	17,58	1,200	0,67	70,37	###	1,75										
Кисель из кураги	200	2008	406	0,70	0,10	37,00	151,00	0,02	0,00	0,000	1,10	28,00	24,00	0,40										
Груша свежая	200	к/к	к/к	0,80	0,60	20,60	94,00	0,04	10,00	0,000	0,80	38,00	32,00	4,60										
Вафли	100	к/к	к/к	2,80	3,30	77,30	350,00	0,03	0,00	0,010	0,70	16,00	36,00	1,50										
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	1,55										
Батон обогащенный микронutriентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	0,48										
Итого за прием пищи:	1410			###	43,38	###	1490,13	1,33	52,52	1,549	16,80	273,31	###	15,02										
Всего за день:	1410			###	43,38	###	1490,13	1,33	52,52	1,549	16,80	273,31	###	15,02										

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню районов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб.  
для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Годовой план и нормативная документация (сборник заказов)	№ рецептуры или технологическая карта	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы Всего г	Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
<b>5 день</b>															
<b>Обед</b>															
Салат из квашеной капусты (до 01.03 с печатым луком с 01.03 с луком зеленым)	150	2008	40	2,40	7,65	11,55	124,63	0,03	40,50	0,050	3,45	73,50	42,00	###	1,05
Суп овощной со сметаной и грибами	300/10/15	2008	95	5,64	6,80	24,85	183,08	0,15	13,77	0,250	0,17	50,80	87,55	###	1,32
Запеканка картофельная с мясом	300	2008	299	###	30,24	48,96	552,48	0,34	28,80	0,048	7,44	43,20	###	###	4,80
Молочный коктейль в инд. упаковке	200	к/к	к/к	6,60	6,00	19,50	158,00	0,08	2,73	0,046	0,00	252,00	###	###	0,21
Печенье	100	к/к	к/к	7,50	9,80	74,40	416,00	0,08	0,00	0,000	11,00	3,50	29,00	###	2,10
Апельсин свежий	160	к/к	к/к	1,44	0,32	12,96	68,80	0,06	96,00	0,000	0,32	54,40	36,80	###	0,48
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	###	###	0,54
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	1,55
Батон обогащенный микронutriентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	###	0,48
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1535</b>			<b>###</b>	<b>62,22</b>	<b>###</b>	<b>1802,59</b>	<b>0,87</b>	<b>231,80</b>	<b>0,406</b>	<b>23,68</b>	<b>511,30</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,53</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1535</b>			<b>###</b>	<b>62,22</b>	<b>###</b>	<b>1802,59</b>	<b>0,87</b>	<b>231,80</b>	<b>0,406</b>	<b>23,68</b>	<b>511,30</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,53</b>

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню районов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб.  
для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсации его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход г	Исходный номер аг и нормативная документация (сборник документов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал.		Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Всего	г	Всего	г	Всего	г	В	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe				
<b>6 день</b>																					
<b>Обед</b>																					
Салат из свеклы отварной	150	2021	54-13з	2,12	6,75	11,40	114,75	0,01	5,70	0,002	1,05	48,75	54,37	###	1,68						
Рыба запеченная	300/30/10	2008	84	8,47	10,08	10,15	172,00	0,10	31,80	0,290	0,41	66,04	###	1,56							
Картофель отварной	120	2008	233	###	12,96	20,90	239,20	0,00	0,00	0,100	3,84	26,40	###	9,60							
Сок фруктовый яблочный	200	2008	333	3,86	6,26	31,30	197,14	0,20	27,97	0,060	0,30	30,24	###	1,70							
Яблоко свежее	200	2008	442	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,20	14,00	8,00	2,80							
Гречиха	150	к/к	к/к	0,47	0,47	12,54	56,40	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	2,64							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	100	к/к	к/к	5,90	4,70	75,00	366,00	0,08	0,00	0,000	2,40	11,00	50,00	9,00							
Батон обогащенный микронутриентами	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	1,55							
Итого за прием пищи:	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19							
Всего за день:	1360			###	42,89	###	1469,09	0,55	81,47	0,456	9,78	233,53	###	13,93							
	1360			###	42,89	###	1469,09	0,55	81,47	0,456	9,78	233,53	###	13,93							

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Годовой нормативная документация (сборник)	№ рецептуры или идентификационной карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Всего	%	Всего	%	Всего	%		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>7 день</b>																				
<b>Обед</b>																				
Помидор свежий (кусочком)	150	2021	54-3з	1,25	0,23	4,28	24,07	0,07	28,12	0,015	0,80	15,75	29,25	1,03						
Суп картофельный с горохом, с гречками	300/15	2008	99	9,33	3,55	28,05	224,10	0,22	7,20	0,250	0,81	64,50	2,58							
Биточки по-белорусски	120	2008	289	##	26,90	1,44	348,00	0,07	0,00	0,024	3,84	21,60	4,80							
Капуста тушеная (свежая)	200	2008	346	5,06	5,72	13,06	124,00	0,06	36,00	0,140	0,40	120,00	1,60							
Груша свежая	200	к/к	к/к	0,80	0,60	20,60	94,00	0,04	10,00	0,000	0,80	38,00	4,60							
Компот из сухофруктов	200	2021	54-1хн	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,00	0,015	0,05	50,00	0,10							
Вафли	100	к/к	к/к	2,80	3,30	77,30	350,00	0,03	0,00	0,010	0,70	16,00	1,50							
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	0,00	136,00	0,10							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	1,55							
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	0,48							
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1510</b>			<b>##</b>	<b>46,21</b>	<b>##</b>	<b>1542,37</b>	<b>0,63</b>	<b>81,82</b>	<b>0,488</b>	<b>8,50</b>	<b>479,75</b>	<b>##</b>							
<b>Всего за день:</b>	<b>1510</b>			<b>##</b>	<b>46,21</b>	<b>##</b>	<b>1542,37</b>	<b>0,63</b>	<b>81,82</b>	<b>0,488</b>	<b>8,50</b>	<b>479,75</b>	<b>##</b>							

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Год издания и нормативная документация (сборник задание)	№ рецептуры или технологическая карта	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Всего		Всего		Всего			B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
				г	г	г	г	г	г											
<b>8 день</b>																				
<b>Обед</b>																				
Салат "Свеколка"	150	2008	50	###	15,50	22,80	276,00	0,05	10,50	0,050	7,20	72,00	84,00	###	2,85					
Суп картофельный с макаронными изделиями, квашой и сметаной	300/30/10	2008	100	###	9,89	25,01	245,45	0,15	27,80	0,360	0,30	51,40	###	1,82						
Тефтели рыбные	120	2021	54-12р	###	3,12	10,32	137,20	0,08	0,38	0,024	2,02	30,00	###	0,84						
Рагу овощное (3-й вариант)	200	2008	351	5,60	10,90	204,57	0,93	17,58	1,200	0,67	70,37	###	1,75							
Сок фруктовый яблочный	200	2008	442	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80					
Печенье	100	к/к	к/к	7,50	9,80	74,40	416,00	0,08	0,00	0,000	11,00	3,50	29,00	###	2,10					
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	0,00	136,00	###	0,10						
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	1,55					
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1335</b>			<b>###</b>	<b>53,38</b>	<b>###</b>	<b>1668,42</b>	<b>1,45</b>	<b>60,76</b>	<b>1,668</b>	<b>22,49</b>	<b>395,17</b>	<b>###</b>	<b>14,29</b>						
<b>Всего за день:</b>	<b>1335</b>			<b>###</b>	<b>53,38</b>	<b>###</b>	<b>1668,42</b>	<b>1,45</b>	<b>60,76</b>	<b>1,668</b>	<b>22,49</b>	<b>395,17</b>	<b>###</b>	<b>14,29</b>						



**Циклическое двухкельное сбалансированное меню районов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб.  
для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Годы за и нормативная документация (сборник задания)	№ рецептуры или идентификация той карты	Белки		Жиры		Углево- ды		Энергетичес- кая ценность, ккал	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Всего	г	Всего	г	Всего	г		В	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
<b>9 день</b>																				
<b>Обед</b>																				
Салат "Столичный"	150	2018	74	###	15,90	18,98	264,90	0,12	4,10	0,290	4,23	###	###	32,40	###	###	1,88			
Суп овощной со сметаной и грибами	300/10/15	2008	95	5 64	6,80	24,85	183,08	0,15	13,77	0,250	0,17	###	87,35	###	###	1,32				
Голубцы ленивые	285	2016	315	###	15,81	33,55	364,55	0,24	30,65	0,060	1,00	###	103,16	###	###	2,62				
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114,00	0,01	3,00	0,000	0,20	###	7,00	###	###	1,00				
Молочный коктейль в инд. упаковке	200	к/к	к/к	6 60	6,00	19,50	158,00	0,08	2,73	0,046	0,00	###	252,00	###	###	0,21				
Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	к/к	к/к	0,03	0,03	27,90	112,00	0,07	0,00	0,050	0,54	###	8,75	###	###	0,49				
Мандарин свежий	200	к/к	к/к	1,62	0,62	23,08	104,00	0,12	53,40	0,000	0,40	###	74,00	###	###	0,30				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	###	63,60	###	###	1,55				
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	###	7,58	###	###	0,48				
Итого за прием пищи:	1495			###	46,77	###	1512,13	0,89	106,65	0,700	7,64	###	546,01	###	###	9,85				
Всего за день:	1495			###	46,77	###	1512,13	0,89	106,65	0,700	7,64	###	546,01	###	###	9,85				

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход г	Код группы	№ рецептуры или технологической карты	Единица измерения	Жиры г	Углево- ды г	Энергетиче- ская ценность ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)																		
								Всего	Вит. В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe														
<b>10 день</b>																														
<b>Обед</b>																														
Огурец свежий (кусочком)	150	2021	54-2з	шт/шт	1,05	2,83	16,80	0,05	11,25	0,025	7,65	25,90	47,25	###	###	0,68														
Щи из свежей капусты с картофелем, курица	300/30/10	2008	84	шт/шт	8,47	10,08	172,00	0,10	31,80	0,290	0,41	66,04	###	###	1,56															
Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	2008	285/365	шт/шт	15,10	19,10	264,00	0,05	3,00	0,150	2,30	14,00	###	###	2,20															
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	323	шт/шт	4,80	50,20	274,20	0,40	0,00	0,040	0,40	14,70	###	###	0,80															
Кисель из кураги	200	2008	406	шт/шт	0,70	37,00	151,00	0,02	0,00	0,000	1,10	28,00	24,00	###	0,40															
Яблоко свежее	150	к/к	к/к	шт/шт	0,47	12,54	56,40	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	###	2,64															
Пряники	100	к/к	к/к	шт/шт	5,90	4,70	366,00	0,08	0,00	0,000	2,40	11,00	50,00	9,00	0,80															
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	шт/шт	2,37	0,66	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	1,55															
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	шт/шт	2,19	0,75	17,42	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48															
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1390</b>				<b>###</b>	<b>38,11</b>	<b>1512,00</b>	<b>0,84</b>	<b>58,05</b>	<b>0,509</b>	<b>15,84</b>	<b>196,74</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>11,11</b>															
<b>Всего за день:</b>	<b>1390</b>				<b>###</b>	<b>38,11</b>	<b>1512,00</b>	<b>0,84</b>	<b>58,05</b>	<b>0,509</b>	<b>15,84</b>	<b>196,74</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>11,11</b>															

Циклическое двухдневное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход, г	Годы и нормативная документация (сборник законодательства)	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Всего	г	Всего	г	Всего	г		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe
<b>11 день</b>																		
<b>Обед</b>																		
Салат из квашеной капусты (до 01.03 с лепестками лука, с 01.03 с луком зеленым)	150	2008	40	2,40	7,65	11,55	124,63	0,03	40,50	0,050	3,45	73,50	42,00	###	###	1,05		
Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	300/10	2008	76	3,79	6,42	14,45	131,16	0,06	13,19	0,260	0,23	60,64	68,38	###	###	1,56		
Рыба запеченная	120	2008	233	###	12,96	20,90	259,20	0,00	0,00	0,100	3,84	26,40	###	###	9,60	0,72		
Картофельное пюре	200	2008	335	4,13	7,20	27,20	189,80	0,19	6,70	0,560	0,27	62,60	###	###	1,50			
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	###	###	0,54			
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	0,00	136,00	###	###	0,10			
Печенье	100	к/к	к/к	7,50	9,80	74,40	416,00	0,08	0,00	0,000	11,00	3,50	29,00	###	###	2,10		
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	###	1,55		
Батон обогащенный микронутриентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,19	7,58	25,90	###	###	0,48		
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1305</b>			<b>###</b>	<b>47,94</b>	<b>###</b>	<b>1505,99</b>	<b>0,54</b>	<b>110,89</b>	<b>1,01</b>	<b>20,09</b>	<b>396,54</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>9,60</b>			
<b>Всего за день:</b>	<b>1305</b>			<b>###</b>	<b>47,94</b>	<b>###</b>	<b>1505,99</b>	<b>0,54</b>	<b>110,89</b>	<b>1,01</b>	<b>20,09</b>	<b>396,54</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>9,60</b>			

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню районов торячего питания (комплексный обед) стоимостью 430,20 руб. для предоставления питания учащимся кадетских классов (9-11 класс) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	№ рецептуры или нормативная документация (сборник рецептурной документации)	№ рецептуры или нормативная документация (сборник рецептурной документации)	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								Всего	Всего	Всего	Всего	В1	С	А	Е
<b>12 день</b>															
<b>Обед</b>															
Винегрет овощной с сельдью (до 01.03 с репчатый луком, с 01.03 с луком зеленым)	150/40	2008	52	9,60	25,06	11,50	322,80	0,08	28,50	0,520	9,40	100,90	###	###	2,50
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	300/10	2008	91	3,48	6,56	20,93	156,40	0,10	10,01	0,240	0,23	39,00	93,60	###	1,33
Печень по-строгановски	150	2008	256	###	18,67	20,80	338,80	0,50	19,50	42,700	1,80	36,30	###	###	7,50
Рис отварной	200	2008	325	4,90	8,50	43,70	270,80	0,03	0,00	0,070	0,40	4,00	81,30	###	0,80
Кисель из свежих яблок	200	2008	405	0,10	0,10	25,20	102,00	0,01	2,00	0,000	0,10	7,00	6,00	2,00	0,40
Мандарин свежий	200	к/к	к/к	1,02	0,62	23,08	104,00	0,12	53,40	0,000	0,40	74,00	40,00	###	0,30
Молочный коктейль в инд. упаковке	200	к/к	к/к	6,60	6,00	19,50	158,00	0,08	2,73	0,046	0,00	252,00	###	###	0,21
Вафли	100	к/к	к/к	2,80	3,30	77,30	350,00	0,03	0,00	0,010	0,70	16,00	36,00	###	1,50
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	к/к	к/к	2,37	0,66	27,60	126,00	0,06	0,00	0,000	0,61	10,32	63,60	###	1,55
Батон обогащенный микронутрентами	40	к/к	к/к	2,19	0,75	17,42	85,60	0,04	0,00	0,004	0,49	7,58	25,90	5,19	0,48
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1650</b>			<b>###</b>	<b>70,22</b>	<b>###</b>	<b>2014,40</b>	<b>1,05</b>	<b>116,14</b>	<b>43,590</b>	<b>14,13</b>	<b>547,10</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>16,57</b>
<b>Итого за 12 дней:</b>	<b>1650</b>			<b>###</b>	<b>70,22</b>	<b>###</b>	<b>2014,40</b>	<b>1,05</b>	<b>116,14</b>	<b>43,590</b>	<b>14,13</b>	<b>547,10</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>16,57</b>
<b>Средняя сбалансированность за 12 дней</b>				<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>	<b>1608,46</b>	<b>0,86</b>	<b>95,56</b>	<b>4,420</b>	<b>14,59</b>	<b>404,43</b>	<b>###</b>	<b>###</b>	<b>12,94</b>

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, Речь, 2008, -200 с. под редакцией Куткиной М.И.

- Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Москва Дели плюс 2016. Редакция Могильного М.Л., Тутельяна В.А.

- Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели плюс 2017. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.Л., Тутельяна В.А.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. -18 изд. СПб : Профи, 2018. -776 с. Составители : Голунова Л.Е., Лабзина М.Т.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для организации питания детей. -Новосибирск 2021. -288 с.