



Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления  
питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"02" сентября 2026 г

3 день

| Наименование                                           | Выход, г  | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|--------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------|
| Завтрак                                                |           |                  |                         |          |         |             |                                |
| Чизкейк запечённый "По-школьному" со сгущённым молоком | 150/10    | 2024             | 243н                    | 8,50     | 12,80   | 50,10       | 340,00                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 25        | 2021             | 576                     | 1,90     | 0,70    | 12,90       | 65,25                          |
| Чай с лимоном                                          | 200       | 2024             | 454                     | 0,20     | 0,00    | 7,20        | 30,00                          |
| Груша свежая                                           | 100       | 2021             | 82                      | 0,40     | 0,30    | 10,30       | 47,00                          |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                          | 150       | 2021             | 470                     | 4,40     | 2,50    | 6,00        | 75,00                          |
| Итого за прием пищи:                                   | 685       |                  |                         | 15,40    | 16,30   | 86,50       | 557,25                         |
| Обед                                                   |           |                  |                         |          |         |             |                                |
| Салат из квашеной капусты                              | 60        | 2024             | 40                      | 0,96     | 3,06    | 4,62        | 49,80                          |
| Борщ с капустой, картофелем, отварной курой и сметаной | 200/10/10 | 2024             | 80                      | 7,28     | 6,87    | 14,00       | 151,70                         |
| Запеканка из печени с рисом и соусом                   | 90/20     | 2024             | 316                     | 10,40    | 6,00    | 7,50        | 175,30                         |
| Макаронные изделия отварные                            | 150       | 2024             | 356                     | 2,90     | 9,20    | 32,80       | 190,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами      | 40        | 2021             | 575                     | 2,72     | 0,52    | 15,92       | 79,20                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 50        | 2021             | 576                     | 3,75     | 1,45    | 25,80       | 130,50                         |
| Компот из свежих яблок                                 | 200       | 2024             | 418                     | 0,15     | 0,14    | 19,90       | 82,00                          |
| Итого за прием пищи:                                   | 830       |                  |                         | 28,16    | 27,24   | 120,54      | 858,5                          |
| Всего за день:                                         |           |                  |                         | 43,56    | 43,54   | 207,04      | 1415,75                        |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления  
питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

**"03" сентября 2026 г**

**4 день**

| Наименование                                      | Выход, г   | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энергетическая ценность, ккал. |
|---------------------------------------------------|------------|------------------|-------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| <b>Завтрак</b>                                    |            |                  |                         |              |              |               |                                |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая "Дружба"     | 160        | 2024             | 203                     | 7,80         | 10,60        | 37,16         | 241,00                         |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 25         | 2021             | 576                     | 1,90         | 0,70         | 12,90         | 65,25                          |
| Яйцо отварное                                     | 40         | 2024             | 227                     | 5,70         | 4,80         | 0,30          | 68,00                          |
| Чай с сахаром                                     | 200        | 2024             | 453                     | 0,10         | 0,20         | 10,00         | 40,00                          |
| Яблоко свежее                                     | 100        | 2008             | 9.1                     | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>525</b> |                  |                         | <b>15,90</b> | <b>16,70</b> | <b>70,16</b>  | <b>458,65</b>                  |
| <b>Обед</b>                                       |            |                  |                         |              |              |               |                                |
| Салат "Мозайка"                                   | 60         | 2022             | 28                      | 0,95         | 3,00         | 0,60          | 78,00                          |
| Суп с вермишелью, картофелем и курой отварной     | 200/10     | 2024             | 105                     | 6,30         | 6,80         | 12,10         | 155,00                         |
| Тефтели рыбные в соусе сметанном с томатом        | 90/30      | 2024             | 262                     | 11,90        | 11,55        | 19,44         | 188,14                         |
| Пюре картофельное                                 | 150        | 2024             | 360                     | 2,10         | 5,60         | 30,00         | 154,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40         | 2021             | 575                     | 2,72         | 0,52         | 15,92         | 79,20                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50         | 2021             | 576                     | 3,75         | 1,45         | 25,80         | 130,50                         |
| Компот из сухофруктов                             | 200        | 2024             | 425                     | 0,44         | 0,08         | 18,30         | 76,00                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>                       | <b>830</b> |                  |                         | <b>28,16</b> | <b>29,00</b> | <b>122,16</b> | <b>860,84</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>                             |            |                  |                         | <b>44,06</b> | <b>45,70</b> | <b>192,32</b> | <b>1319,49</b>                 |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления  
питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

"04" сентября 2026 г

5 день

| Наименование                                                     | Выход, г  | Сборник рецептур | № технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|------------------------------------------------------------------|-----------|------------------|-------------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------|
| Завтрак                                                          |           |                  |                         |          |         |             |                                |
| Макароны отварные с сыром                                        | 150/15    | 2024             | 223                     | 14,70    | 10,50   | 29,30       | 256,00                         |
| Бутерброд с повидлом                                             | 45        | 2024             | 1                       | 2,50     | 7,70    | 41,40       | 261,00                         |
| Чай с лимоном                                                    | 200       | 2024             | 454                     | 0,20     | 0,00    | 7,20        | 30,00                          |
| Апельсин свежий                                                  | 100       | 2008             | 9.6                     | 0,90     | 0,20    | 8,10        | 43,00                          |
| Итого за прием пищи:                                             | 510       |                  |                         | 17,40    | 18,20   | 77,90       | 547,00                         |
| Обед                                                             |           |                  |                         |          |         |             |                                |
| Салат из свеклы отварной                                         | 60        | 2022             | 38                      | 0,84     | 3,60    | 5,00        | 55,20                          |
| Рассольник "Ленинградский" с перловой крупой, курицей и сметаной | 200/10/10 | 2024             | 96                      | 4,50     | 9,85    | 20,65       | 187,70                         |
| Паэлья с курицей                                                 | 240       | ТТК (осн. ТК)    | 330/1                   | 15,40    | 12,90   | 48,20       | 362,00                         |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами                | 40        | 2021             | 575                     | 2,72     | 0,52    | 15,92       | 79,20                          |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                      | 50        | 2021             | 576                     | 3,75     | 1,45    | 25,80       | 130,50                         |
| Напиток из протёртой брусники                                    | 200       | 2024             | 463                     | 0,13     | 0,06    | 7,20        | 30,00                          |
| Итого за прием пищи:                                             | 810       |                  |                         | 27,34    | 28,38   | 122,77      | 844,60                         |
| Всего за день:                                                   |           |                  |                         | 44,74    | 46,58   | 200,67      | 1391,60                        |

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_