



Утверждаю  
Генеральный директор  
ООО База "Мария" 5.11.25 г.  
/ Россошанский Е.К./



Согласовано  
Директор ГБОУ СОШ № 425  
имени академика П.Л. Капицы  
Кронштадтского района  
*И.Н. Асанова* /И.Н. Асанова/

**МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД) ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ В ВОЗРАСТЕ (12-18 ЛЕТ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА С КОМПЕНСАЦИЕЙ ЕГО СТОИМОСТИ (ЧАСТИ СТОИМОСТИ) ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ БЮДЖЕТА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:**

Завтрак: 134,60 руб.

Обед: 201,80 руб.

2 день " 9 " декабря 2025 г.

| Наименование блюда                                           | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая ценность | № рецептуры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|------------------|
|                                                              |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                         |             |                  |
| Завтрак                                                      |           |                  |      |          |                         |             |                  |
| Бутерброд с джемом                                           | 20/20     | 2                | 0,7  | 23,8     | 109                     | 2           | 2012             |
| Омлет с сыром и маслом сливочным                             | 200/5     | 12               | 14,6 | 20       | 261,8                   | 210         | ТТК              |
| Кофейный напиток с молоком                                   | 200       | 0,5              | 0,5  | 15       | 88,1                    | 393         | ТТК              |
| Йогурт массовая доля жира 2,5%                               | 210       | 6,3              | 5,2  | 22       | 160,6                   | 435         | ТТК              |
| Батон обогащенный                                            | 20        | 1,6              | 1    | 10,4     | 57,5                    | 1           | ТТК              |
| Итого за Завтрак                                             | 675       | 22,4             | 22   | 91,2     | 677                     |             |                  |
| Обед                                                         |           |                  |      |          |                         |             |                  |
| Салат "Степной" из разных овощей                             | 100       | 1,4              | 5,1  | 7,9      | 85                      | 30          | ТТК              |
| Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью | 250       | 6,7              | 8,4  | 15       | 151,2                   | 67          | ТТК              |
| Сердце тушеное в соусе                                       | 120       | 6,6              | 7,2  | 6,1      | 115,6                   | 257         | ТТК              |
| Макаронные изделия                                           | 180       | 8                | 5    | 33       | 189                     | 330         | ТТК              |
| Компот из изюма                                              | 200       | 0,6              | 0,1  | 21,1     | 81                      | 130         | ТТК              |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                             | 40        | 1,8              | 1    | 11,5     | 52                      | 5           | ТТК              |
| Батон обогащенный                                            | 40        | 3,2              | 2    | 20,5     | 114                     | 4           | ТТК              |
| Итого за Обед                                                | 930       | 28,3             | 28,8 | 115,1    | 787,8                   |             |                  |
| Итого за день                                                | 1605      | 50,7             | 50,8 | 206,3    | 1464,8                  |             |                  |

Заведующий производством

*М.И. Маргула*