



Утверждаю  
Генеральный директор  
ООО База "Мария" 12.01.26 г.  
/Россошанский Е.К./



Согласовано  
Директор ГБОУ СОШ № 425  
имени академика П.Л. Капицы  
Кронштадтского района  
/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.

4 день " 12 " марта 2026  
г.

| Наименование блюда                                  | Вес блюда | Пищевые вещества |      |          | Энергетическая<br>ценность | №<br>рецептур<br>ы | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------------------|-----------|------------------|------|----------|----------------------------|--------------------|---------------------|
|                                                     |           | Белки            | Жиры | Углеводы |                            |                    |                     |
| Завтрак                                             |           |                  |      |          |                            |                    |                     |
| Бутерброд с маслом и джемом                         | 20/5/15   | 3                | 6    | 28       | 139                        | 2                  | 2012                |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком           | 200       | 17               | 15,6 | 37,3     | 400                        | 224                | ТТК                 |
| Чай с сахаром                                       | 200       | 0,3              |      | 8,3      | 34                         | 266                | 2014                |
| Батон обогащенный                                   | 20        | 1,6              | 1    | 10,4     | 57,5                       | 1                  | ТТК                 |
| Фрукты свежие (ЯБЛОКО)                              | 100       | 0,4              | 0,4  | 10       | 47                         | 368                | 2012                |
| Итого за Завтрак                                    | 560       | 22,3             | 23   | 94       | 677,5                      |                    |                     |
| Обед                                                |           |                  |      |          |                            |                    |                     |
| Салат "Витаминный" (1-й вариант)                    | 100       | 1                | 3,8  | 6,2      | 90                         | 41                 | 2008                |
| Рассольник ленинградский с мясом, сметаной, зеленью | 250       | 3                | 3,8  | 20       | 126,2                      | 91                 | ТТК                 |
| Плов                                                | 280       | 14,2             | 12,6 | 38       | 306,3                      | 321                | ТТК                 |
| Напиток из плодов шиповника                         | 200       | 0,7              | 0,3  | 24,4     | 103                        | 441                | 2008                |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный                    | 40        | 1,8              | 1    | 11,5     | 52                         | 5                  | ТТК                 |
| Батон обогащенный                                   | 20        | 1,6              | 1    | 10,4     | 57,5                       | 1                  | ТТК                 |
| Молоко в инд. упаковке 3,2 % жирности               | 200       | 6                | 6,4  | 9,4      | 120                        | 435                | ТТК                 |
| Итого за Обед                                       | 1 090     | 28,3             | 28,9 | 119,9    | 855                        |                    |                     |
| Итого за день                                       | 1 650     | 50,6             | 51,9 | 213,9    | 1532,5                     |                    |                     |

Заведующий производством