

Руководитель Управления Федеральной службы  
по надзору в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека по городу Санкт-Петербургу  
Главный государственный санитарный врач  
по городу Санкт-Петербургу



Н.С. Башкетова  
2020 г.

Генеральный директор ООО "Северная Пальмира"



Левин Д.А.

2020 г.

Никличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределов)

| Наименование                                                  | Выход,<br><br>г | Техноло-<br>гиче-<br>ская<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |       | Минеральные   |        |        |       |
|---------------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|------------------------------------------|----------------|-------|------|-------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                               |                 |                                                                           |                                                        | Всего | Всего | г              |                                          | мг)            |       |      |       | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                               |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          | В <sub>1</sub> | С     | А    | Е     | Са            | Р      | Mg     | Fe    |
|                                                               |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          |                |       |      |       |               |        |        |       |
|                                                               |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          |                |       |      |       |               |        |        |       |
| I день                                                        |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Завтрак                                                       |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                 | 150/5           | 2008                                                                      | 189                                                    | 5,10  | 7,50  | 18,90          | 163                                      | 0,10           | 1,00  | 0,04 | 0,20  | 117,00        | 146,00 | 41,00  | 2,00  |
| Бутерброд с колбасой варено-копченой                          | 15/20           | 2008                                                                      | 5                                                      | 4,13  | 3,72  | 14,52          | 108                                      | 0,09           | 0,00  | 0,00 | 0,45  | 12,90         | 51,45  | 13,05  | 0,86  |
| Кофейный напиток                                              | 200             | 2008                                                                      | 432                                                    | 1,50  | 1,30  | 22,40          | 107                                      | 0,02           | 1,00  | 0,01 | 0,00  | 61,00         | 45,00  | 7,00   | 1,00  |
| Яблоко свежее                                                 | 100             | к/к                                                                       | к/к                                                    | 0,40  | 0,40  | 9,80           | 47                                       | 0,00           | 10,00 | 0,00 | 0,60  | 16,00         | 11,00  | 8,00   | 2,20  |
| Итого за прием пищи:                                          |                 |                                                                           |                                                        | 11,13 | 12,92 | 65,62          | 425                                      | 0,21           | 12    | 0,05 | 1,25  | 206,90        | 253,45 | 69,05  | 6,06  |
| Обед                                                          |                 |                                                                           |                                                        |       |       |                |                                          |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Салат картофельный с солеными огурцами и маслом растительным* | 60              | 2011                                                                      | 37                                                     | 0,80  | 13,30 | 14,30          | 110                                      | 0,00           | 5,40  | 0,10 | 5,90  | 17,30         | 21,20  | 10,70  | 0,50  |
| Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной                | 200/5           | 2008                                                                      | 76                                                     | 1,50  | 4,30  | 10,40          | 110                                      | 0,00           | 7,00  | 0,20 | 0,20  | 15,00         | 140,10 | 19,60  | 1,20  |
| Плов из птицы                                                 | 200             | 2008                                                                      | 311                                                    | 20,70 | 24,70 | 36,90          | 452                                      | 0,10           | 14,70 | 0,30 | 6,00  | 44,00         | 216,00 | 46,70  | 2,70  |
| Компот из смеси сухофруктов с вит с                           | 200             | 2008                                                                      | 402                                                    | 0,60  | 0,10  | 31,70          | 131                                      | 0,02           | 51,40 | 0,01 | 0,50  | 21,00         | 23,00  | 16,00  | 0,70  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами             | 40              | к/к                                                                       | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00          | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96  | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный микронутриентами                            | 50              | к/к                                                                       | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15          | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33  | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                          |                 |                                                                           |                                                        | 30,27 | 43,22 | 134,45         | 1011                                     | 0,30           | 78,50 | 0,61 | 13,89 | 116,00        | 451,40 | 144,30 | 7,70  |
| Всего за день:                                                |                 |                                                                           |                                                        | 41,40 | 56,14 | 200,07         | 1436                                     | 0,51           | 90,50 | 0,66 | 15,14 | 322,90        | 704,85 | 213,35 | 13,76 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                                            | Выход,<br>г | Техноло-<br>гическая<br>и<br>нормати-<br>вная<br>докумен-<br>тация<br>/сборник<br>рецептов | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |       | Минеральные |         |        |       |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|-------|------|-------|-------------|---------|--------|-------|
|                                                                         |             |                                                                                            |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |       |      |       | Ca          | P       | Mg     | Fe    |
|                                                                         |             |                                                                                            |                                                        |       |       |                     |                                          | B <sub>1</sub> | C     | A    | E     |             |         |        |       |
| 2 день                                                                  |             |                                                                                            |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |       |             |         |        |       |
| Завтрак                                                                 |             |                                                                                            |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |       |             |         |        |       |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным                              | 150/5       | 2008                                                                                       | 189                                                    | 5,60  | 6,40  | 24,80               | 179                                      | 0,11           | 1,00  | 0,04 | 0,60  | 114,00      | 146,00  | 29,00  | 2,00  |
| Бутерброд с сыром                                                       | 15/15       | 2008                                                                                       | 3                                                      | 4,50  | 4,50  | 7,40                | 88                                       | 0,02           | 0,00  | 0,04 | 0,30  | 134,00      | 85,00   | 7,00   | 0,30  |
| Какао с молоком                                                         | 200         | 2008                                                                                       | 433                                                    | 2,90  | 2,50  | 24,80               | 134                                      | 0,04           | 1,00  | 0,01 | 0,00  | 121,00      | 90,00   | 14,00  | 1,00  |
| Мандарин свежий                                                         | 100         | к/к                                                                                        | к/к                                                    | 0,60  | 0,20  | 6,00                | 30                                       | 0,00           | 30,40 | 0,20 | 0,00  | 28,00       | 13,60   | 8,80   | 0,06  |
| Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя массовая доля жира 2,5 % | 125         | к/к                                                                                        | к/к                                                    | 5,10  | 3,10  | 17,40               | 118                                      | 0,00           | 0,00  | 0,04 | 0,00  | 290,00      | 950,00  | 140,00 | 0,00  |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                            |                                                        | 18,70 | 16,70 | 80,40               | 549                                      | 0,17           | 32,40 | 0,33 | 0,90  | 687,00      | 1284,60 | 198,80 | 3,36  |
| Обед                                                                    |             |                                                                                            |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |       |             |         |        |       |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным*                        | 60          | 2008                                                                                       | 40                                                     | 1,00  | 3,10  | 4,60                | 50                                       | 0,01           | 16,20 | 0,02 | 1,40  | 29,40       | 16,80   | 9,00   | 0,40  |
| Суп картофельный с горохом и курой                                      | 200/10      | 2008                                                                                       | 99                                                     | 7,00  | 4,30  | 15,20               | 147                                      | 0,10           | 4,30  | 0,20 | 1,60  | 17,50       | 164,20  | 27,20  | 1,70  |
| Котлеты рыбные                                                          | 80          | 2008                                                                                       | 239                                                    | 10,40 | 11,00 | 12,00               | 181                                      | 0,08           | 0,00  | 0,05 | 3,70  | 41,60       | 145,60  | 16,00  | 1,30  |
| Пюре картофельное                                                       | 150         | 2008                                                                                       | 335                                                    | 3,10  | 5,40  | 20,30               | 141                                      | 0,14           | 5,00  | 0,04 | 0,20  | 47,00       | 85,00   | 29,00  | 1,10  |
| Компот из кураги                                                        | 200         | 2008                                                                                       | 401                                                    | 1,00  | 0,10  | 34,20               | 142                                      | 0,02           | 0,00  | 0,03 | 1,10  | 33,00       | 29,00   | 21,00  | 0,70  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                       | 40          | к/к                                                                                        | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96  | 7,20        | 7,60    | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный микронутриентами                                      | 50          | к/к                                                                                        | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33  | 11,50       | 43,50   | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                            |                                                        | 29,17 | 24,72 | 127,45              | 869                                      | 0,53           | 25,50 | 0,34 | 9,29  | 187,20      | 491,70  | 153,50 | 7,80  |
| Всего за день:                                                          |             |                                                                                            |                                                        | 47,87 | 41,42 | 207,85              | 1418                                     | 0,70           | 57,90 | 0,67 | 10,19 | 874,20      | 1776,30 | 352,30 | 11,16 |



**Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                            | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |      | Минеральные   |        |        |       |
|---------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|-------|------|------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                         |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |       |      |      | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                         |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          | B <sub>1</sub> | C     | A    | E    | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
|                                                         |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| г                                                       | г           |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| 3 день                                                  |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Завтрак                                                 |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Пудинг из творога                                       | 150         | 2008                                                                                  | 225                                                    | 22,50 | 15,00 | 35,25               | 366                                      | 0,09           | 0,00  | 0,15 | 0,90 | 198,00        | 285,00 | 34,50  | 1,65  |
| Бутерброд с повидлом                                    | 20/15       | 2011                                                                                  | 2                                                      | 0,20  | 0,87  | 12,00               | 102                                      | 0,02           | 0,48  | 0,03 | 0,40 | 8,00          | 14,00  | 5,00   | 0,30  |
| Чай с молоком                                           | 200         | 2011                                                                                  | 378                                                    | 1,50  | 1,20  | 16,00               | 80                                       | 0,00           | 0,20  | 0,00 | 0,00 | 56,20         | 38,70  | 9,20   | 0,50  |
| Груша свежая                                            | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30               | 47                                       | 0,02           | 5,00  | 0,00 | 0,40 | 19,00         | 16,00  | 12,00  | 2,30  |
| Итого за прием пищи:                                    |             |                                                                                       |                                                        | 24,60 | 17,37 | 73,55               | 595                                      | 0,13           | 5,68  | 0,18 | 1,70 | 281,20        | 353,70 | 60,70  | 4,75  |
| Обед                                                    |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Винегрет овощной с маслом растительным*                 | 60          | 2008                                                                                  | 51                                                     | 0,84  | 6,06  | 3,96                | 74                                       | 0,01           | 9,00  | 0,15 | 2,76 | 22,80         | 21,60  | 11,40  | 0,60  |
| Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной | 200/10/5    | 2008                                                                                  | 84                                                     | 3,80  | 5,20  | 7,10                | 113                                      | 0,00           | 9,60  | 0,20 | 0,20 | 17,10         | 158,60 | 19,00  | 1,10  |
| Сосиски отварные                                        | 100         | 2008                                                                                  | 254                                                    | 11,20 | 24,40 | 0,40                | 266                                      | 0,20           | 0,00  | 0,00 | 0,40 | 36,00         | 162,00 | 20,00  | 2,00  |
| Макаронные изделия отварные                             | 150         | 2008                                                                                  | 331                                                    | 5,50  | 4,80  | 31,30               | 191                                      | 0,06           | 0,00  | 0,03 | 0,80 | 11,00         | 36,00  | 7,00   | 0,80  |
| Компот из свежих яблок с вит.с                          | 200         | 2008                                                                                  | 394                                                    | 0,20  | 0,20  | 27,90               | 115                                      | 0,01           | 51,60 | 0,00 | 0,10 | 7,00          | 4,00   | 4,00   | 1,00  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами       | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96 | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный микронутриентами                      | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                    |             |                                                                                       |                                                        | 28,21 | 41,48 | 111,81              | 967                                      | 0,46           | 70,20 | 0,38 | 5,55 | 112,60        | 433,30 | 112,70 | 8,10  |
| Всего за день:                                          |             |                                                                                       |                                                        | 52,81 | 58,85 | 185,36              | 1562                                     | 0,59           | 75,88 | 0,56 | 7,25 | 393,80        | 787,00 | 173,40 | 12,85 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                         | Выход,<br>г | Техноло<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати<br>в-ная<br>докумен<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |        |      |       | Минеральные   |        |        |       |
|------------------------------------------------------|-------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|-------------------------------------------|----------------|--------|------|-------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                      |             |                                                                                    |                                                        | Всего | Всего |                     |                                           | мг)            |        |      |       | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                      |             |                                                                                    |                                                        |       |       |                     |                                           | B <sub>1</sub> | C      | A    | E     | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
|                                                      |             |                                                                                    |                                                        |       |       |                     |                                           |                |        |      |       |               |        |        |       |
| 4 день                                               |             |                                                                                    |                                                        |       |       |                     |                                           |                |        |      |       |               |        |        |       |
| Завтрак                                              |             |                                                                                    |                                                        |       |       |                     |                                           |                |        |      |       |               |        |        |       |
| Омлет натуральный                                    | 150         | 2008                                                                               | 214                                                    | 14,45 | 23,86 | 2,73                | 284                                       | 0,08           | 0,00   | 0,27 | 4,91  | 114,55        | 248,18 | 19,09  | 2,73  |
| Бутерброд с колбасой варено-<br>копченой             | 15/20       | 2008                                                                               | 5                                                      | 4,13  | 3,72  | 14,52               | 108                                       | 0,09           | 0,00   | 0,00 | 0,45  | 12,90         | 51,45  | 13,05  | 0,86  |
| Чай с сахаром                                        | 200         | 2008                                                                               | 430                                                    | 0,20  | 0,10  | 15,00               | 60                                        | 0,00           | 0,00   | 0,00 | 0,00  | 5,00          | 8,00   | 4,00   | 1,00  |
| Яблоко свежее                                        | 100         | к/к                                                                                | к/к                                                    | 0,40  | 0,40  | 9,80                | 47                                        | 0,00           | 10,00  | 0,00 | 0,60  | 16,00         | 11,00  | 8,00   | 2,20  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами | 20          | к/к                                                                                | к/к                                                    | 1,36  | 0,16  | 8,50                | 45                                        | 0,05           | 0,00   | 0,00 | 0,48  | 3,60          | 3,80   | 17,40  | 0,80  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                    |                                                        | 20,54 | 28,24 | 50,55               | 544                                       | 0,22           | 10,00  | 0,27 | 6,44  | 152,05        | 322,43 | 61,54  | 7,59  |
| Обед                                                 |             |                                                                                    |                                                        |       |       |                     |                                           |                |        |      |       |               |        |        |       |
| Салат из свежих помидоров с маслом<br>растительным*  | 60          | 2008                                                                               | 2                                                      | 0,60  | 6,10  | 1,98                | 65                                        | 0,03           | 14,40  | 0,10 | 3,10  | 18,00         | 14,40  | 10,80  | 0,60  |
| Рассольник ленинградский со<br>сметаной              | 200/5       | 2008                                                                               | 91                                                     | 2,30  | 4,40  | 13,50               | 122                                       | 0,10           | 6,00   | 0,20 | 0,40  | 13,30         | 156,90 | 21,40  | 0,90  |
| Голубцы ленивые                                      | 200         | 2008                                                                               | 306                                                    | 20,20 | 22,20 | 12,40               | 336                                       | 0,08           | 30,00  | 0,00 | 5,20  | 76,00         | 190,00 | 44,00  | 4,00  |
| Компот из смеси сухофруктов с вит с                  | 200         | 2008                                                                               | 402                                                    | 0,60  | 0,10  | 31,70               | 131                                       | 0,02           | 51,40  | 0,01 | 0,50  | 21,00         | 23,00  | 16,00  | 0,70  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами | 40          | к/к                                                                                | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                        | 0,10           | 0,00   | 0,00 | 0,96  | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный<br>микронутриентами                | 50          | к/к                                                                                | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                       | 0,08           | 0,00   | 0,00 | 0,33  | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                    |                                                        | 30,37 | 33,62 | 100,73              | 862                                       | 0,41           | 101,80 | 0,31 | 10,49 | 147,00        | 435,40 | 143,50 | 8,80  |
| Всего за день:                                       |             |                                                                                    |                                                        | 50,91 | 61,86 | 151,28              | 1406                                      | 0,63           | 111,80 | 0,58 | 16,93 | 299,05        | 757,83 | 205,04 | 16,39 |



**Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                                            | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |      | Минеральные   |         |        |      |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|-------|------|------|---------------|---------|--------|------|
|                                                                         |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |       |      |      | вещества (мг) |         |        |      |
|                                                                         |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          | B <sub>1</sub> | C     | A    | E    | Ca            | P       | Mg     | Fe   |
|                                                                         |             |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                     |                                          |                |       |      |      |               |         |        |      |
| 5 день                                                                  |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |         |        |      |
| Завтрак                                                                 |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |         |        |      |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                           | 150/5       | 2008                                                                                  | 189                                                    | 5,10  | 7,50  | 18,90               | 163                                      | 0,10           | 1,00  | 0,04 | 0,20 | 117,00        | 146,00  | 41,00  | 2,00 |
| Бутерброд с сыром                                                       | 15/15       | 2008                                                                                  | 3                                                      | 4,50  | 4,50  | 7,40                | 88                                       | 0,02           | 0,00  | 0,04 | 0,30 | 134,00        | 85,00   | 7,00   | 0,30 |
| Кофейный напиток                                                        | 200         | 2008                                                                                  | 432                                                    | 1,50  | 1,30  | 22,40               | 107                                      | 0,02           | 1,00  | 0,01 | 0,00 | 61,00         | 45,00   | 7,00   | 1,00 |
| Мандарин свежий                                                         | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,60  | 0,20  | 6,00                | 30                                       | 0,00           | 30,40 | 0,20 | 0,00 | 28,00         | 13,60   | 8,80   | 0,06 |
| Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя массовая доля жира 2,5 % | 125         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 5,10  | 3,10  | 17,40               | 118                                      | 0,00           | 0,00  | 0,04 | 0,00 | 290,00        | 950,00  | 140,00 | 0,00 |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                       |                                                        | 16,80 | 16,60 | 72,10               | 506                                      | 0,14           | 32,40 | 0,33 | 0,50 | 630,00        | 1239,60 | 203,80 | 3,36 |
| Обед                                                                    |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |         |        |      |
| Салат из соленых огурцов с луком и маслом растительным*                 | 60          | 2008                                                                                  | 20                                                     | 1,62  | 3,10  | 1,56                | 40                                       | 0,01           | 3,60  | 0,00 | 1,38 | 13,80         | 16,80   | 7,80   | 0,42 |
| Суп с макаронными изделиями и картофелем.с курой                        | 200/10      | 2008                                                                                  | 101                                                    | 4,00  | 3,00  | 15,20               | 124                                      | 0,00           | 4,10  | 0,20 | 0,30 | 13,90         | 139,70  | 16,40  | 0,90 |
| Рыба.запеченная в сметанном соусе                                       | 80          | 2008                                                                                  | 237                                                    | 14,00 | 17,90 | 21,60               | 189                                      | 0,00           | 0,20  | 0,00 | 3,40 | 31,10         | 98,80   | 13,90  | 0,20 |
| Картофель отварной                                                      | 150         | 2008                                                                                  | 333                                                    | 2,90  | 4,70  | 23,50               | 148                                      | 0,15           | 21,00 | 0,04 | 0,20 | 21,00         | 79,00   | 30,00  | 1,20 |
| Напиток из клюквы.протертой с сахаром с вит.с                           | 200         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,10  | 0,10  | 26,00               | 102                                      | 11,50          | 3,50  | 2,50 | 0,10 | 0,00          | 0,00    | 0,20   | 0,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                       | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96 | 7,20          | 7,60    | 34,80  | 1,60 |
| Батон обогащенный микронутриентами                                      | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50   | 16,50  | 1,00 |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                       |                                                        | 29,29 | 29,62 | 129,01              | 811                                      | 11,84          | 32,40 | 2,74 | 6,67 | 98,50         | 385,40  | 119,60 | 5,32 |
| Всего за день:                                                          |             |                                                                                       |                                                        | 46,09 | 46,22 | 201,11              | 1317                                     | 11,98          | 64,80 | 3,07 | 7,17 | 728,50        | 1625,00 | 323,40 | 8,68 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                      | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |       |      | Минеральные   |        |        |       |
|---------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|-------|-------|------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                   |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |       |       |      | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                   |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          | B <sub>1</sub> | C     | A     | E    | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
| 6 день                                            |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |       |      |               |        |        |       |
| Завтрак                                           |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |       |      |               |        |        |       |
| Запеканка рисовая с творогом со сгущенным молоком | 150/20      | 2008                                                                                  | 193                                                    | 21,10 | 20,30 | 57,70               | 317                                      | 0,00           | 0,10  | 0,00  | 0,40 | 105,40        | 168,00 | 36,00  | 1,10  |
| Бутерброд с повидлом                              | 20/15       | 2011                                                                                  | 2                                                      | 0,20  | 0,87  | 12,00               | 102                                      | 0,02           | 0,48  | 0,03  | 0,40 | 8,00          | 14,00  | 5,00   | 0,30  |
| Какао с молоком                                   | 200         | 2008                                                                                  | 433                                                    | 2,90  | 2,50  | 24,80               | 134                                      | 0,04           | 1,00  | 0,01  | 0,00 | 121,00        | 90,00  | 14,00  | 1,00  |
| Груша свежая                                      | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30               | 47                                       | 0,02           | 5,00  | 0,00  | 0,40 | 19,00         | 16,00  | 12,00  | 2,30  |
| Итого за прием пищи:                              |             |                                                                                       |                                                        | 24,60 | 23,97 | 104,80              | 600                                      | 0,08           | 6,58  | 0,04  | 1,20 | 253,40        | 288,00 | 67,00  | 4,70  |
| Обед                                              |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |       |      |               |        |        |       |
| Помидор свежий (кусочком)                         | 60          | 2011                                                                                  | 71/1                                                   | 0,20  | 0,00  | 2,30                | 11                                       | 0,06           | 0,20  | 0,10  | 1,30 | 12,40         | 0,00   | 0,00   | 0,30  |
| Щи из квашеной капусты со сметаной                | 200/5       | 2008                                                                                  | 85                                                     | 3,00  | 4,70  | 4,30                | 82                                       | 0,00           | 6,70  | 0,20  | 0,10 | 18,70         | 26,70  | 13,50  | 0,50  |
| Печень, тушенная в сметанном соусе                | 80/40       | 2008                                                                                  | 261                                                    | 20,82 | 12,33 | 9,95                | 242                                      | 0,29           | 19,89 | 8,56  | 4,69 | 20,35         | 355,51 | 22,28  | 7,81  |
| Каша гречневая рассыпчатая                        | 150         | 2008                                                                                  | 323                                                    | 3,60  | 4,60  | 37,70               | 206                                      | 0,03           | 0,00  | 0,03  | 0,30 | 11,00         | 78,00  | 26,00  | 0,60  |
| Кисель плодово-ягодный с вит.с                    | 200         | 2008                                                                                  | 411                                                    | 0,10  | 0,10  | 27,90               | 113                                      | 0,01           | 55,40 | 0,00  | 0,10 | 5,00          | 8,00   | 2,00   | 0,40  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00  | 0,96 | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный микронутриентами                | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00  | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                              |             |                                                                                       |                                                        | 34,39 | 22,55 | 123,30              | 862                                      | 0,57           | 82,19 | 8,89  | 7,78 | 86,15         | 519,31 | 115,08 | 12,21 |
| Всего за день:                                    |             |                                                                                       |                                                        | 58,99 | 46,52 | 228,10              | 1462                                     | 0,65           | 88,77 | 8,934 | 8,98 | 339,55        | 807,31 | 182,08 | 16,91 |



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                                      | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>вная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |      | Минеральные   |        |        |       |
|-------------------------------------------------------------------|-------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|-------------------------------------------|----------------|-------|------|------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                                   |             |                                                                                      |                                                        | Всего | Всего |                     |                                           | мг)            |       |      |      | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                                   |             |                                                                                      |                                                        |       |       |                     |                                           | B <sub>1</sub> | C     | A    | E    | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
|                                                                   |             |                                                                                      |                                                        |       |       |                     |                                           | 7 день         |       |      |      |               |        |        |       |
|                                                                   |             |                                                                                      |                                                        |       |       |                     |                                           | Завтрак        |       |      |      |               |        |        |       |
| Каша "дружба"с маслом сливочным                                   | 150/5       | 2008                                                                                 | 190                                                    | 4,81  | 7,70  | 20,77               | 174                                       | 0,08           | 1,55  | 0,06 | 0,16 | 141,10        | 133,30 | 26,40  | 0,00  |
| Бутерброд с ветчиной и свежим<br>огурцом                          | 15/5/25     | к/к                                                                                  | к/к                                                    | 5,20  | 4,70  | 13,00               | 215                                       | 0,10           | 0,20  | 0,00 | 0,10 | 7,10          | 43,70  | 8,00   | 0,70  |
| Кофейный напиток                                                  | 200         | 2008                                                                                 | 432                                                    | 1,50  | 1,30  | 22,40               | 107                                       | 0,02           | 1,00  | 0,01 | 0,00 | 61,00         | 45,00  | 7,00   | 1,00  |
| Яблоко свежее                                                     | 100         | к/к                                                                                  | к/к                                                    | 0,40  | 0,40  | 9,80                | 47                                        | 0,00           | 10,00 | 0,00 | 0,60 | 16,00         | 11,00  | 8,00   | 2,20  |
| Итого за прием пищи:                                              |             |                                                                                      |                                                        | 11,91 | 14,10 | 65,97               | 543                                       | 0,20           | 12,75 | 0,07 | 0,86 | 225,20        | 233,00 | 49,40  | 3,90  |
|                                                                   |             |                                                                                      |                                                        |       |       |                     |                                           | Обед           |       |      |      |               |        |        |       |
| Огурец соленый (кусочком)                                         | 60          | 2011                                                                                 | 70/2                                                   | 0,20  | 0,00  | 4,30                | 8                                         | 0,00           | 8,80  | 0,10 | 1,30 | 24,00         | 116,60 | 9,20   | 0,60  |
| Суп из овощей со сметаной                                         | 200/5       | 2008                                                                                 | 95                                                     | 2,10  | 3,40  | 8,90                | 99                                        | 0,00           | 7,40  | 0,20 | 0,30 | 13,20         | 140,00 | 18,10  | 0,90  |
| Котлеты рубленные из<br>кур(филе),запеченные с соусом<br>молочным | 80          | 2008                                                                                 | 316                                                    | 11,80 | 14,08 | 9,12                | 211                                       | 0,05           | 6,40  | 0,18 | 0,48 | 97,60         | 123,20 | 20,80  | 1,60  |
| Рис отварной                                                      | 150         | 2008                                                                                 | 325                                                    | 3,70  | 6,30  | 32,80               | 203                                       | 0,02           | 0,00  | 0,05 | 0,30 | 3,00          | 61,00  | 19,00  | 0,60  |
| Компот из кураги                                                  | 200         | 2008                                                                                 | 401                                                    | 1,00  | 0,10  | 34,20               | 142                                       | 0,02           | 0,00  | 0,03 | 1,10 | 33,00         | 29,00  | 21,00  | 0,70  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами              | 40          | к/к                                                                                  | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                        | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96 | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный<br>микронутриентами                             | 50          | к/к                                                                                  | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                       | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                              |             |                                                                                      |                                                        | 25,47 | 24,70 | 130,47              | 871                                       | 0,27           | 22,60 | 0,56 | 4,77 | 189,50        | 520,90 | 139,40 | 7,00  |
| Всего за день:                                                    |             |                                                                                      |                                                        | 37,38 | 38,80 | 196,44              | 1414                                      | 0,47           | 35,35 | 0,63 | 5,63 | 414,70        | 753,90 | 188,80 | 10,90 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                                            | Выход,<br>г | Техноло-<br>гиче-<br>ская<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины |                |      |      | Минеральные |               |        |       |    |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------|----------------|------|------|-------------|---------------|--------|-------|----|
|                                                                         |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          |          | мг)            |      |      |             | вещества (мг) |        |       |    |
|                                                                         |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |          | B <sub>1</sub> | C    | A    | E           | Ca            | P      | Mg    | Fe |
| 8 день                                                                  |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |          |                |      |      |             |               |        |       |    |
| Завтрак                                                                 |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |          |                |      |      |             |               |        |       |    |
| Каша "янтарная" из пшена с яблоками                                     | 150         | 2008                                                                                  | 187                                                    | 5,04  | 7,32  | 28,10               | 199                                      | 0,12     | 1,20           | 0,05 | 0,36 | 76,80       | 121,20        | 33,60  | 2,40  |    |
| Бутерброд с сыром                                                       | 15/15       | 2008                                                                                  | 3                                                      | 4,50  | 4,50  | 7,40                | 88                                       | 0,02     | 0,00           | 0,04 | 0,30 | 134,00      | 85,00         | 7,00   | 0,30  |    |
| Чай с сахаром                                                           | 200         | 2008                                                                                  | 430                                                    | 0,20  | 0,10  | 15,00               | 60                                       | 0,00     | 0,00           | 0,00 | 0,00 | 5,00        | 8,00          | 4,00   | 1,00  |    |
| Мандарин свежий                                                         | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,60  | 0,20  | 6,00                | 30                                       | 0,00     | 30,40          | 0,20 | 0,00 | 28,00       | 13,60         | 8,80   | 0,06  |    |
| Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя массовая доля жира 2,5 % | 125         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 5,10  | 3,10  | 17,40               | 118                                      | 0,00     | 0,00           | 0,04 | 0,00 | 290,00      | 950,00        | 140,00 | 0,00  |    |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                       |                                                        | 15,44 | 15,22 | 73,90               | 495                                      | 0,14     | 31,60          | 0,33 | 0,66 | 533,80      | 1177,80       | 193,40 | 3,76  |    |
| 8 день                                                                  |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |          |                |      |      |             |               |        |       |    |
| Салат из квашеной капусты с маслом растительным*                        | 60          | 2008                                                                                  | 40                                                     | 1,00  | 3,06  | 4,62                | 50                                       | 0,01     | 16,20          | 0,02 | 1,38 | 29,40       | 16,80         | 9,00   | 0,42  |    |
| Суп картофельный с рыбой                                                | 200/20      | 2008                                                                                  | 92                                                     | 4,80  | 3,00  | 18,00               | 122                                      | 0,10     | 9,70           | 0,20 | 0,50 | 10,80       | 116,20        | 36,40  | 1,30  |    |
| Жаркое по-домашнему со свининой                                         | 200         | 1996                                                                                  | 394                                                    | 16,80 | 20,80 | 21,60               | 399                                      | 0,50     | 11,20          | 0,00 | 2,30 | 23,30       | 173,10        | 43,80  | 2,40  |    |
| Напиток апельсиновый с вит.с                                            | 200         | 2008                                                                                  | 436                                                    | 0,20  | 0,00  | 25,70               | 105                                      | 0,01     | 50,13          | 0,00 | 0,10 | 8,00        | 5,00          | 3,00   | 0,00  |    |
| Зефир витаминизированный в инд.упаковке производителя                   | 35          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 1,10  | 2,70  | 36,00               | 101                                      | 2,30     | 0,70           | 0,00 | 0,30 | 0,00        | 0,00          | 4,70   | 0,00  |    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами                       | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10     | 0,00           | 0,00 | 0,96 | 7,20        | 7,60          | 34,80  | 1,60  |    |
| Батон обогащенный микронутриентами                                      | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08     | 0,00           | 0,00 | 0,33 | 11,50       | 43,50         | 16,50  | 1,00  |    |
| Итого за прием пищи:                                                    |             |                                                                                       |                                                        | 30,57 | 30,38 | 147,07              | 985                                      | 3,10     | 87,93          | 0,22 | 5,87 | 90,20       | 362,20        | 148,20 | 6,72  |    |
| Всего за день:                                                          |             |                                                                                       |                                                        | 46,01 | 45,6  | 220,97              | 1480                                     | 3,24     | 119,53         | 0,55 | 6,53 | 624,00      | 1540,00       | 341,60 | 10,48 |    |



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                         | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |      | Минеральные   |        |        |       |
|------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|-------|------|------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                      |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |       |      |      | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                      |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          | B <sub>1</sub> | C     | A    | E    | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
|                                                      |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| 9 день                                               |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Завтрак                                              |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Пудинг из творога                                    | 150         | 2008                                                                                  | 225                                                    | 22,50 | 15,00 | 35,25               | 366                                      | 0,09           | 0,00  | 0,15 | 0,90 | 198,00        | 285,00 | 34,50  | 1,65  |
| Бутерброд с колбасой варено-<br>копченой             | 15/20       | 2008                                                                                  | 5                                                      | 4,13  | 3,72  | 14,52               | 108                                      | 0,09           | 0,00  | 0,00 | 0,45 | 12,90         | 51,45  | 13,05  |       |
| Какао с молоком                                      | 200         | 2008                                                                                  | 433                                                    | 2,90  | 2,50  | 24,80               | 134                                      | 0,04           | 1,00  | 0,01 | 0,00 | 121,00        | 90,00  | 14,00  | 1,00  |
| Яблоко свежее                                        | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,40  | 0,40  | 9,80                | 47                                       | 0,00           | 10,00 | 0,00 | 0,60 | 16,00         | 11,00  | 8,00   | 2,20  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                       |                                                        | 29,93 | 21,62 | 84,37               | 655                                      | 0,22           | 11,00 | 0,16 | 1,95 | 347,90        | 437,45 | 69,55  | 4,85  |
| Обед                                                 |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                          |                |       |      |      |               |        |        |       |
| Помидор свежий (кусочком)                            | 60          | 2011                                                                                  | 71/1                                                   | 0,20  | 0,00  | 2,30                | 11                                       | 0,06           | 0,20  | 0,10 | 1,30 | 12,40         | 0,00   | 0,00   | 0,30  |
| Борщ с фасолью и картофелем со<br>сметаной           | 200/5       | 2008                                                                                  | 79                                                     | 4,00  | 5,00  | 15,00               | 130                                      | 0,00           | 4,40  | 0,20 | 0,10 | 20,10         | 169,60 | 24,30  | 1,40  |
| Тефтели (1-й вариант),соус томатный                  | 80/20       | 2008                                                                                  | 283/364                                                | 6,00  | 8,10  | 11,30               | 238                                      | 0,00           | 1,10  | 0,00 | 3,80 | 19,00         | 101,70 | 14,80  | 1,60  |
| Каша гречневая рассыпчатая                           | 150         | 2008                                                                                  | 323                                                    | 3,60  | 4,60  | 37,70               | 206                                      | 0,03           | 0,00  | 0,03 | 0,30 | 11,00         | 78,00  | 26,00  | 0,60  |
| Компот из чернослива с вит.с                         | 200         | 2008                                                                                  | 401                                                    | 0,60  | 0,20  | 29,30               | 124                                      | 0,01           | 50,10 | 0,00 | 0,20 | 20,00         | 20,00  | 26,00  | 0,80  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96 | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный<br>микронутриентами                | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                       |                                                        | 21,07 | 18,72 | 136,75              | 917                                      | 0,28           | 55,80 | 0,33 | 6,99 | 101,20        | 420,40 | 142,40 | 7,30  |
| Всего за день:                                       |             |                                                                                       |                                                        | 51,00 | 40,34 | 221,12              | 1572                                     | 0,50           | 66,80 | 0,49 | 8,94 | 449,10        | 857,85 | 211,95 | 12,15 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                      | Выход,<br>г | Техноло-<br>гическая<br>и<br>нормати-<br>вная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |        |      |      | Минеральные   |        |        |       |
|---------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|------------------------------------------|----------------|--------|------|------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                   |             |                                                                                 |                                                        | Всего | Всего |                     |                                          | мг)            |        |      |      | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                   |             |                                                                                 |                                                        |       |       |                     |                                          | В <sub>1</sub> | С      | А    | Е    | Ca            | Р      | Mg     | Fe    |
| 10 день                                           |             |                                                                                 |                                                        |       |       |                     |                                          |                |        |      |      |               |        |        |       |
| Завтрак                                           |             |                                                                                 |                                                        |       |       |                     |                                          |                |        |      |      |               |        |        |       |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным        | 150/5       | 2008                                                                            | 189                                                    | 5,60  | 6,90  | 24,40               | 183                                      | 0,12           | 1,00   | 0,04 | 0,10 | 110,00        | 138,00 | 36,00  | 2,00  |
| Бутерброд с повидлом                              | 20/15       | 2011                                                                            | 2                                                      | 0,20  | 0,87  | 12,00               | 102                                      | 0,02           | 0,48   | 0,03 | 0,40 | 8,00          | 14,00  | 5,00   | 0,30  |
| Чай с сахаром и лимоном                           | 200/5       | 2008                                                                            | 431                                                    | 0,30  | 0,10  | 15,20               | 61                                       | 0,00           | 3,00   | 0,00 | 0,00 | 7,40          | 9,00   | 5,00   | 0,10  |
| Батон обогащенный микронутриентами                | 50          | к/к                                                                             | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00   | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Апельсин свежий                                   | 100         | к/к                                                                             | к/к                                                    | 0,90  | 0,20  | 8,10                | 43                                       | 0,04           | 60,00  | 0,01 | 0,20 | 34,00         | 23,00  | 13,00  | 0,30  |
| Итого за прием пищи:                              |             |                                                                                 |                                                        | 10,95 | 8,57  | 83,85               | 507                                      | 0,26           | 64,48  | 0,08 | 1,03 | 170,90        | 227,50 | 75,50  | 3,70  |
| Обед                                              |             |                                                                                 |                                                        |       |       |                     |                                          |                |        |      |      |               |        |        |       |
| Салат из свеклы отварной с маслом растительным    | 60          | 2011                                                                            | 52                                                     | 0,70  | 5,00  | 4,30                | 68                                       | 0,00           | 0,02   | 6,00 | 0,05 | 16,70         | 111,00 | 24,00  | 1,70  |
| Рассольник с курой.со сметаной                    | 200/10/5    | 2008                                                                            | 89                                                     | 4,00  | 5,00  | 12,00               | 124                                      | 0,10           | 5,50   | 0,20 | 0,20 | 18,90         | 145,70 | 19,60  | 0,80  |
| Рыба,запеченная в омлете                          | 80          | 2010                                                                            | 249                                                    | 12,40 | 11,20 | 13,00               | 186                                      | 0,10           | 7,20   | 0,00 | 2,30 | 22,60         | 110,00 | 25,30  | 1,10  |
| Пюре картофельное                                 | 150         | 2008                                                                            | 335                                                    | 3,10  | 5,40  | 20,30               | 141                                      | 0,14           | 5,00   | 0,04 | 0,20 | 47,00         | 85,00  | 29,00  | 1,10  |
| Компот из смеси сухофруктов с вит с               | 200         | 2008                                                                            | 402                                                    | 0,60  | 0,10  | 31,70               | 131                                      | 0,02           | 51,40  | 0,01 | 0,50 | 21,00         | 23,00  | 16,00  | 0,70  |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 40          | к/к                                                                             | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                       | 0,10           | 0,00   | 0,00 | 0,96 | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный микронутриентами                | 50          | к/к                                                                             | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                      | 0,08           | 0,00   | 0,00 | 0,33 | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                              |             |                                                                                 |                                                        | 27,47 | 27,52 | 122,45              | 858                                      | 0,54           | 69,12  | 6,25 | 4,54 | 144,90        | 525,80 | 165,20 | 8,00  |
| Всего за день:                                    |             |                                                                                 |                                                        | 38,42 | 36,09 | 206,30              | 1365                                     | 0,80           | 133,60 | 6,33 | 5,57 | 315,80        | 753,30 | 240,70 | 11,70 |



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для буфетов-распределов)**

| Наименование                                         | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды,<br>г | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. | Витамины       |       |      |       | Минеральные   |        |        |       |
|------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|---------------------|-------------------------------------------|----------------|-------|------|-------|---------------|--------|--------|-------|
|                                                      |             |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего |                     |                                           | мг)            |       |      |       | вещества (мг) |        |        |       |
|                                                      |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                           | B <sub>1</sub> | C     | A    | E     | Ca            | P      | Mg     | Fe    |
| 11 день                                              |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                           |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Завтрак                                              |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                           |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Запеканка рисовая с творогом со<br>сгущенным молоком | 150/20      | 2008                                                                                  | 193                                                    | 21,10 | 20,30 | 57,70               | 317                                       | 0,00           | 0,10  | 0,00 | 0,40  | 105,40        | 168,00 | 36,00  | 1,10  |
| Бутерброд с сыром                                    | 15/15       | 2008                                                                                  | 3                                                      | 4,50  | 4,50  | 7,40                | 88                                        | 0,02           | 0,00  | 0,04 | 0,30  | 134,00        | 85,00  | 7,00   | 0,30  |
| Кофейный напиток с молоком                           | 200         | 2008                                                                                  | 432                                                    | 1,50  | 1,30  | 22,40               | 107                                       | 0,02           | 1,00  | 0,01 | 0,00  | 61,00         | 45,00  | 7,00   | 1,00  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами | 20          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 1,36  | 0,16  | 8,50                | 45                                        | 0,05           | 0,00  | 0,00 | 0,48  | 3,60          | 3,80   | 17,40  | 0,80  |
| Груша свежая                                         | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,40  | 0,30  | 10,30               | 47                                        | 0,02           | 5,00  | 0,00 | 0,40  | 19,00         | 16,00  | 12,00  | 2,30  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                       |                                                        | 28,86 | 26,56 | 106,30              | 604                                       | 0,11           | 6,10  | 0,05 | 1,58  | 323,00        | 317,80 | 79,40  | 5,50  |
| Обед                                                 |             |                                                                                       |                                                        |       |       |                     |                                           |                |       |      |       |               |        |        |       |
| Винегрет овощной с маслом<br>растительным*           | 60          | 2008                                                                                  | 51                                                     | 0,84  | 6,06  | 3,96                | 74                                        | 0,01           | 9,00  | 0,15 | 2,76  | 22,80         | 21,60  | 11,40  | 0,60  |
| Суп крестьянский с крупой перловой<br>и сметаной     | 200/5       | 2008                                                                                  | 94                                                     | 2,80  | 5,10  | 11,00               | 117                                       | 0,00           | 6,40  | 0,20 | 2,10  | 31,70         | 50,90  | 16,00  | 0,80  |
| Фрикадельки из птицы.масло<br>сливочное              | 80/5        | 2010                                                                                  | 308                                                    | 9,70  | 10,00 | 13,60               | 166                                       | 0,10           | 12,80 | 0,10 | 2,90  | 65,60         | 131,20 | 30,40  | 1,60  |
| Макаронные изделия отварные                          | 150         | 2008                                                                                  | 331                                                    | 5,50  | 4,80  | 31,30               | 191                                       | 0,06           | 0,00  | 0,03 | 0,80  | 11,00         | 36,00  | 7,00   | 0,80  |
| Компот из свежих яблок с вит.с                       | 200         | 2008                                                                                  | 394                                                    | 0,20  | 0,20  | 27,90               | 115                                       | 0,01           | 51,60 | 0,00 | 0,10  | 7,00          | 4,00   | 4,00   | 1,00  |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72  | 0,32  | 17,00               | 90                                        | 0,10           | 0,00  | 0,00 | 0,96  | 7,20          | 7,60   | 34,80  | 1,60  |
| Батон обогащенный<br>микронутриентами                | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95  | 0,50  | 24,15               | 118                                       | 0,08           | 0,00  | 0,00 | 0,33  | 11,50         | 43,50  | 16,50  | 1,00  |
| Итого за прием пищи:                                 |             |                                                                                       |                                                        | 25,71 | 26,98 | 128,91              | 871                                       | 0,36           | 79,80 | 0,48 | 9,95  | 156,80        | 294,80 | 120,10 | 7,40  |
| Всего за день:                                       |             |                                                                                       |                                                        | 54,57 | 53,54 | 235,21              | 1475                                      | 0,47           | 85,90 | 0,53 | 11,53 | 479,80        | 612,60 | 199,50 | 12,90 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для буфетов-распределителей)**

| Наименование                                                                  | Выход,<br>г | Техноло-<br>ги-<br>ческая<br>и<br>нормати-<br>в-ная<br>докумен-<br>та-ция<br>/сборник | №<br>рецептуры<br>или<br>технологиче-<br>ской<br>карты | Белки  | Жиры   | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. | Витамины               |         |       |        | Минеральные   |          |         |        |
|-------------------------------------------------------------------------------|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------|--------|----------------|-------------------------------------------|------------------------|---------|-------|--------|---------------|----------|---------|--------|
|                                                                               |             |                                                                                       |                                                        | Всего  | Всего  | г              |                                           | мг)                    |         |       |        | вещества (мг) |          |         |        |
|                                                                               |             |                                                                                       |                                                        |        |        |                |                                           | B <sub>1</sub>         | C       | A     | E      | Ca            | P        | Mg      | Fe     |
|                                                                               |             |                                                                                       |                                                        |        |        |                |                                           |                        |         |       |        |               |          |         |        |
| 12 день                                                                       |             |                                                                                       |                                                        |        |        |                |                                           |                        |         |       |        |               |          |         |        |
| Завтрак                                                                       |             |                                                                                       |                                                        |        |        |                |                                           |                        |         |       |        |               |          |         |        |
| Омлет натуральный                                                             | 150         | 2008                                                                                  | 214                                                    | 14,45  | 23,86  | 2,73           | 284                                       | 0,08                   | 0,00    | 0,27  | 4,91   | 114,55        | 248,18   | 19,09   | 2,73   |
| Бутерброд с колбасой варено-<br>копченой                                      | 15/20       | 2008                                                                                  | 5                                                      | 4,13   | 3,72   | 14,52          | 108                                       | 0,09                   | 0,00    | 0,00  | 0,45   | 12,90         | 51,45    | 13,05   | 0,86   |
| Чай с молоком                                                                 | 200         | 2011                                                                                  | 378                                                    | 1,50   | 1,20   | 16,00          | 80                                        | 0,00                   | 0,20    | 0,00  | 0,00   | 56,20         | 38,70    | 9,20    | 0,50   |
| Йогурт фруктовый в инд. упаковке<br>производителя массовая доля жира<br>2,5 % | 125         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 5,10   | 3,10   | 17,40          | 118                                       | 0,00                   | 0,00    | 0,04  | 0,00   | 290,00        | 950,00   | 140,00  | 0,00   |
| Яблоко свежее                                                                 | 100         | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 0,40   | 0,40   | 9,80           | 47                                        | 0,00                   | 10,00   | 0,00  | 0,60   | 16,00         | 11,00    | 8,00    | 2,20   |
| Итого за прием пищи:                                                          |             |                                                                                       |                                                        | 25,58  | 32,28  | 60,45          | 637                                       | 0,17                   | 10,20   | 0,31  | 5,96   | 489,65        | 1299,33  | 189,34  | 6,29   |
| Обед                                                                          |             |                                                                                       |                                                        |        |        |                |                                           |                        |         |       |        |               |          |         |        |
| Огурец соленый (кусочком)                                                     | 60          | 2011                                                                                  | 70/2                                                   | 0,20   | 0,00   | 4,30           | 8                                         | 0,00                   | 8,80    | 0,10  | 1,30   | 24,00         | 116,60   | 9,20    | 0,60   |
| Суп картофельный                                                              | 200         | 2008                                                                                  | 92                                                     | 1,90   | 2,90   | 15,40          | 94                                        | 0,10                   | 9,60    | 0,16  | 0,16   | 20,00         | 62,40    | 25,60   | 1,00   |
| Котлеты мясо-картофельные по-<br>хлыновски                                    | 80          | 2008                                                                                  | 275                                                    | 13,80  | 11,20  | 6,00           | 176                                       | 0,12                   | 4,00    | 0,02  | 0,60   | 14,00         | 140,00   | 22,00   | 2,00   |
| Рагу овощное                                                                  | 150         | 2008                                                                                  | 350                                                    | 3,50   | 6,70   | 11,50          | 119                                       | 0,57                   | 9,00    | 0,80  | 0,70   | 44,00         | 84,00    | 24,00   | 1,00   |
| Напиток из плодов шиповника                                                   | 200         | 2008                                                                                  | 441                                                    | 0,70   | 0,30   | 24,40          | 103                                       | 0,01                   | 200,00  | 0,16  | 0,00   | 13,00         | 3,00     | 3,00    | 1,00   |
| Хлеб ржано-пшеничный<br>обогащенный микронутриентами                          | 40          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 2,72   | 0,32   | 17,00          | 90                                        | 0,10                   | 0,00    | 0,00  | 0,96   | 7,20          | 7,60     | 34,80   | 1,60   |
| Батон обогащенный<br>микронутриентами                                         | 50          | к/к                                                                                   | к/к                                                    | 3,95   | 0,50   | 24,15          | 118                                       | 0,08                   | 0,00    | 0,00  | 0,33   | 11,50         | 43,50    | 16,50   | 1,00   |
| Итого за прием пищи:                                                          |             |                                                                                       |                                                        | 26,77  | 21,92  | 102,75         | 708                                       | 0,98                   | 231,40  | 1,24  | 4,05   | 133,70        | 457,10   | 135,10  | 8,20   |
| Всего за день:                                                                |             |                                                                                       |                                                        | 52,35  | 54,20  | 163,20         | 1345                                      | 1,15                   | 241,60  | 1,55  | 10,01  | 623,35        | 1756,43  | 324,44  | 14,49  |
| Всего за 12 дней:                                                             |             |                                                                                       |                                                        | 577,80 | 579,58 | 2417,01        | 17252                                     | 21,69                  | 1172,43 | 24,54 | 113,87 | 5864,75       | 12732,37 | 2956,56 | 152,37 |
| Среднее значение за период:                                                   |             |                                                                                       |                                                        | 48,15  | 48,30  | 201,42         | 1437,67                                   |                        |         |       |        |               |          |         |        |
| Содержание<br>белков,жиров,углеводов за 12 дней<br>в % от калорийности:       |             |                                                                                       |                                                        | 13%    | 30%    | 56%            |                                           | Соотношение Са к Р 1:2 |         |       |        |               |          |         |        |

\* - С 01.03. в рецептуре блюд лук репчатый заменяется на лук зеленый



## Приложение к цикличному двухнедельному меню

- \* - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- \* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей. Москва, Дели принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- \* - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- \* - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник. - Москва, ДеЛ принт, 2007. - 276с. Редакция Скурихина И.М.; Тутельяна В.А.
- \* - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов. Москва. Хлебпродинформ. 1996 г. Под редакцией Марчука Ф.Л.
- \* Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.