

СОГЛАСОВАНО

Директор

И.В. Кулякова
2025 г.

Генеральный директор

АО "КСИП "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

Камелин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

1.12.25

День: 7 понедельник

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 2			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
ТТК	2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	9,75	3,87	12,62	136,50
ТТК	10.23	Пазлы с курицей	300	10,25	21,37	45,11	431,67
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1245				
Итого за день				41,20	47,91	185,71	1310,17

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

И.В. Кушкова
2025 г.

Генеральный директор АО "КСИ "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

2.12.25

День: 8 Вторник

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рен.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 2			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.47	Салат витаминный	100	1,20	5,33	7,66	87,00
2008	98/228	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/20	7,12	2,88	19,60	132,40
ТТК	9.15	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	7,91	10,65	10,67	170,08
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	13.1	Напиток из шиповника	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1400				
Итого за день				43,55	46,34	197,45	1333,70

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

Т.В. Кулакова
2025 г.

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

3.12.25

День: 9 Среда

Неделя: 2

			День: 9 Среда				
			Неделя: 2				
Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2,80	6,40	4,33	90,66
2012	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	5,10	6,00	10,90	112,10
ТТК	9.40	Печень по-строгановски	120	10,70	12,13	6,36	194,30
2024	192 н	Булгур с овощами	200	6,80	3,60	42,70	238,66
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
Итого за день			1265				
			42,50	37,80	202,97	1333,12	

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор И.В. Кунакова
01.09 2025 г.

Генеральный директор АО "КСИП "Парголово"
Камедин А.В.
 2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

4.12.25

День: 10 Четверг

Неделя: 2

				День: 10 Четверг			
				Неделя: 2			
Год изд. сборник а	№ рсц.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.42	Салат "Мозайка"					
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и	100	5,50	6,00	7,00	120,66
ТТК	9.41	Паста Болоньезе "по-школьному"	250/15/10	9,85	7,20	15,06	178,80
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	300	11,31	15,15	41,85	296,33
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	200	1,00	0,20	15,00	76,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	200	5,92	5,08	9,38	107,56
			75	5,70	14,90	37,20	246,00
Итого за день			1360				
				48,48	53,80	191,87	1343,77

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор И.В. Кулакова
01.02 2025 г.

Генеральный директор АО "КСИТ "Парголово"



УТВЕРЖДАЮ

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

5.12.25

День: 11 Пятница

Неделя: 2

			День: 11 Пятница			
Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 2		
				Пищевые вещества (г)		
				Б	Ж	У
Обед						
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	83,00
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,20	4,40	147,40
ТТК	9.16	Жаркое по-домашнему со свиной	300	15,62	18,67	346,71
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	138,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	97,20
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	43,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	87,00
ТТК	12.1	Зефир витаминизированный	35	0,63	0,10	101,60
Итого за день			1205			
				38,45	35,94	1179,91

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

И. В. Куликова
2025 г.

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

Камедия А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

8.12.25

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Недели: 1			Энергетическая ценность (ккал)
				1 Понедельник			
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	3,00	4,53	13,20	147,10
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за день			1385				
				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБУ с/м Б 172
И.В. Куракова
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
Камедин А.В.
 2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

9.12.25

День: 3 Среда

Неделя: 1

		Неделя: 1					3 Среда
Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,20	4,40	20,75	147,40
ТТК	10.22	Котлета рубленая из филе куриного	100	10,93	6,22	9,94	160,83
ТТК	4.19	Ризотто (рис с овощами)	200	3,86	9,90	22,74	195,60
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
			1370				
Итого за день				45,11	46,87	207,29	1403,79

Заведующий

Заведующий производством _____

Директор

Директор И. В. Смирнов
И. В. Смирнов
И. В. Смирнов
2025 г.

Генеральный

УТВЕРЖДАЮ

ктор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

10. 12.25

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд. сборника		№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
					Б	Ж	У	
Обед								
ТТК	1.6		Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,02	5,30	4,36	88,50
2008	76		Борщ с капустой и картофелем, отварной говядины	250/10/10	5,32	7,10	14,40	159,70
ТТК	9.7		Шницель рубленый мясной	100	8,22	11,66	4,04	147,90
2008	331		Макаронные изделия отварные	200	6,50	6,40	39,50	254,40
ТТК	15.1		Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.4		Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
2011	338		Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1		Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за день				1180	34,96	38,33	157,08	1153,10

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

И.В. Кудрякова

2025 г.

Генеральный директор АО "КОС" Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

А.В. Камелин

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

11.1225

День: 4 четверг

Неделя: 1

		День: 4 четверг					
		Неделя: 1					
Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52/209	Салат из свеклы с яйцом	80/20	3,55	8,75	4,50	125,00
2012	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	250/10	4,40	2,90	16,15	125,70
ТТК	8.8	Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	100/20	9,12	7,54	9,78	143,50
2008	333	Картофель отварной	200	3,83	7,06	27,10	187,10
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за день			1290				
			43,82	48,62	205,46	1392,50	
Заведующий производством							

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

ТБСУ ГРМ 5-142
 12.12.25
 2025 г.

Генеральный директор



УТВЕРЖДАЮ

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

12.12.25

День:

5 Пятница

Неделя:

1

		День: 5 Пятница					
Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 1 Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.49	Винегрет овощной	100	1,40	8,20	6,66	110,66
2008	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	4,70	7,00	28,30	170,80
ТТК	9.17	Голубцы ленивые	300	17,14	14,40	27,96	310,37
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.13	Напиток из протёртой брусники	200	0,50	0,10	24,10	95,20
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1350				
Итого за день				45,06	54,75	198,28	1357,59

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

15.12.25 5-172

И.В. Кулакова

2025 г.

Генеральный директор АО "КСИП" "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

АО "КСИП"

"Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

15.12.25

День: 7 понедельник

Неделя: 2

Год изд. сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 2			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
ТТК	2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	9,75	3,87	12,62	136,50
ТТК	10.23	Паштет с курицей	300	10,25	21,37	45,11	431,67
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1245				
Итого за день				41,20	47,91	185,71	1310,17

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

ИВУ с.м. 5 172

И.В. Кунакова

2025 г.

Генеральный директор АО "КСП" "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 9 Среда

Неделя: 2

18.12.25

Год изд.сборник а	№ реч.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 2			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2,80	6,40	4,33	90,66
2012	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/15/10	5,10	6,00	10,90	112,10
ТТК	9.40	Печень по-строгановски	120	10,70	12,13	6,36	194,30
2024	192 н	Булгур с овощами	200	6,80	3,60	42,70	238,66
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
ТТК	12.3	Пряник	60	3,60	1,80	46,80	201,60
Итого за день			1265				
				42,50	37,80	202,97	1333,12

Заведующий пром...

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

15.05.2025
 18.12.25
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
 Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
 Камедин А.В.
 2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 10 Четверг

Неделя: 2

18-1225

Год изд.сборник а		№ рсц.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	День: 10 Четверг Неделя: 2			Энергетическая ценность (ккал)
					Пищевые вещества (г)			
					Б	Ж	У	
Обед								
ТТК	1.42	Салат "Мозайка"		100	5,50	6,00	7,00	120,66
2008	76	Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и	250/15/10	9,85	7,20	15,06	178,80	
ТТК	9.41	Паста Болоньезе "по-школьному"	300	11,31	15,15	41,85	296,35	
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00	
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00	
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00	
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40	
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56	
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00	
Итого за день				1360	48,48	53,80	191,87	1343,77

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

5-172
 2025 г.

Генеральный директор



УТВЕРЖДАЮ

АО КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

22.12.25

День:

1 Понедельник

Неделя:

1

22.12.25

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
День: 1 Понедельник							
Недели: 1							
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/15/10	3,00	4,53	13,20	147,10
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за день			1385				
				44,98	47,71	192,37	1337,52

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

23.12.25
 18.12.25
 2025 г.

Генеральный директор



УТВЕРЖДАЮ

«Парголово»

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

23.12.25

День: 2 Вторник

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.6	Салат из свежей капусты с огурцом	100	1,02	5,30	4,36	88,50
2008	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядины	250/10/10	5,32	7,10	14,40	159,70
ТТК	9.7	Шницель рубленый мясной	100	8,22	11,66	4,04	147,90
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	6,50	6,40	39,50	254,40
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за день			1180				
			34,96	38,33	157,08	1153,10	

Заведующий производством

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ СШ № 172
И.В. Курасова
2025 г.УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор АО КСП "Парголово"
Камедин А.В.
2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

24.12.25

День: 3 Среда

Неделя: 1

24.12.25

				День: 3 Среда			
				Неделя: 1			
Год изд. сборника	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	250/10	6,20	4,40	20,75	147,40
ТТК	10.22	Котлета рубленая из филе куриного	100	10,93	6,22	9,94	160,83
ТТК	4.19	Ризотто (рис с овощами)	200	3,86	9,90	22,74	195,60
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за день			1370				
				45,11	46,87	207,29	1403,79

Заведующий производством

Заведующий производством _____

СОГЛАСОВАНО

Директор

25.12.25
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КОП "Парголово"

АО "КОП "Парголово"

Камелин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 4 четверг

Недели: 1

		25.12.25		День: 4 четверг			
Год изд.сборник а	№ рсц.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Неделя: 1			Энергетическая ценность (ккал)
				Пищевые вещества (г)			
				Б	Ж	У	
Обед							
2011	52/209	Салат из свеклы с яйцом					
2012	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной	80/20	3,55	8,75	4,50	125,00
ТТК	8.8	Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	250/10	4,40	2,90	16,15	125,70
2008	333	Картофель отварной	100/20	9,12	7,54	9,78	143,50
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	200	3,83	7,06	27,10	187,10
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	200	1,00	0,20	15,00	76,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	14.1	Плюшка "Московская"	100	4,10	2,50	4,90	87,00
			100	8,62	14,40	61,65	329,80
Итого за день			1290				
			43,82	48,62	205,46	1392,50	
Заведующий производством							

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

ТБТУ СРМ 5-142
И.В. Куликова
01.09 2025 г.

Генеральный директор



УТВЕРЖДАЮ

Камелин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

26. 12.25

День:

5 Пятница

Недели:

1

26- 1225

День: 5 Пятница

Неделя: 1

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.49	Винегрет овощной	100	1,40	8,20	6,66	110,66
2008	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной	250/10/5	4,70	7,00	28,30	170,80
ТТК	9.17	Голубцы ленивые	300	17,14	14,40	27,96	310,37
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
ТТК	13.13	Напиток из протёртой брусники	200	0,50	0,10	24,10	95,20
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1350				
Итого за день				45,06	54,75	198,28	1387,89

Заведующий промаркетом

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

Директор ТЗУ КСН 5-172

И.В. Кулякова
2025 г.

Генеральный директор АО "КСН "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ

Камелин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 7 понедельник

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.5	Огурец солёный порционно	100	0,80	0,10	2,00	11,00
ТТК	2.4	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	9,75	3,87	12,62	136,50
ТТК	10.23	Пазлья с курицей	300	10,25	21,37	45,11	431,67
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	100	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	14.3	Сдоба обыкновенная	75	5,70	14,90	37,20	246,00
			1245				
Итого за день				41,20	47,91	185,71	1310,17

Заведующий производством

СОГЛАСОВАНО

Директор

И.И. С.И.И. 5-142
 И.И. Кунакова
 2025 г.

Генеральный директор АО "КСИ" "Парголово"

УТВЕРЖДАЮ



Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (Комплексный обед) в осенне-зимний период для предоставления питания учащимся старших классов (12 лет и старше) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

30.12.25

День:

8 Вторник

Неделя:

2

30.12.25

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Обед							
ТТК	1.47	Салат витаминный	100	1,20	5,33	7,66	87,00
2008	98/228	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/20	7,12	2,88	19,60	132,40
ТТК	9.15	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	7,91	10,65	10,67	170,08
ТТК	4.18	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	200	4,80	6,13	13,86	129,86
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4,80	2,55	30,60	138,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
ТТК	13.1	Напиток из шиповника	200	0,20	0,20	20,10	87,80
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
ТТК	14.2	Булочка "домашняя"	100	7,20	10,80	49,80	300,60
Итого за день			1400				
			43,55	46,34	197,45	1333,70	

Заведующий производством

Заведующий производством