

"Согласовано"  
Директор ГБОУ



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 16 " " 03 " 2026 г

| 7 день               |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>          |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 14/2           | 14/2                    | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ               | 100          | 5,43             | 8,76    | 5,90        | 124,19                        |
| ТТК № 84/2/1         | 84/2/1                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С ПТИЦЕЙ)      | 250          | 6,30             | 5,24    | 17,82       | 143,67                        |
| ТТК № 378/2          | 378/2                   | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                  | 300          | 13,53            | 22,62   | 28,14       | 370,26                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,50             | 0,54    | 10,60       | 53,26                         |
| ТТК № 113/2          | 113/2/3                 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)         | 200          | 1,00             | 0,20    | 20,20       | 92,00                         |
| ТТК № 1/2            | 1/2/2                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)            | 100          | 0,40             | 0,30    | 10,30       | 47,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                  | 1010         | 30,76            | 38,10   | 111,48      | 918,82                        |
| Всего за день:       |                         |                                  |              | 30,76            | 38,10   | 111,48      | 918,82                        |

Зав. производством:

В.В. Зеленов

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 14 " " 03 " 2026 г

| 8 день               |                         |   |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>          |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 159/2          | 159/2                   | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ                   | 100          | 3,60             | 8,00    | 7,80        | 118,40                        |
| ТТК № 111/2          | 111/2                   | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 250          | 2,66             | 6,85    | 6,47        | 98,15                         |
| ТТК № 3/2            | 3/2                     | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ С СЫРОМ             | 100          | 14,20            | 13,60   | 2,20        | 174,00                        |
| ТТК № 109/2          | 109/2                   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                | 180          | 5,82             | 5,87    | 40,61       | 208,85                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ          | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 40           | 3,00             | 1,08    | 21,20       | 106,52                        |
| ТТК № 40/2           | 40/2/1                  | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)           | 200          | 0,16             | 0,16    | 11,69       | 47,88                         |
| ТТК № 29/2           | 29/2                    | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%               | 100          | 2,80             | 2,50    | 11,00       | 54,00                         |
| ТТК № 1/2            | 1/2/1                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)                 | 100          | 0,90             | 0,20    | 8,10        | 43,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 1110         | 35,74            | 38,70   | 127,59      | 939,24                        |
| Всего за день:       |                         |   |              | 35,74            | 38,70   | 127,59      | 939,24                        |

Зав.производством:

В.В. Зеленов

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

18 03 2026 г

| 9 день                      |                         |                                     |              |                  |              |               |                               |
|-----------------------------|-------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда      | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |                                     |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |                                     |              |                  |              |               |                               |
| ТТК № 120/2                 | 120/2                   | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК            | 100          | 0,86             | 5,02         | 7,87          | 80,11                         |
| ТТК № 132/2                 | 132/2                   | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ            | 250          | 5,56             | 3,20         | 17,80         | 122,25                        |
| ТТК № 11/2                  | 11/2/2                  | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ) | 100          | 11,72            | 12,30        | 14,16         | 214,22                        |
| ТТК № 45/2                  | 45/2                    | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ         | 200          | 4,16             | 6,02         | 38,06         | 206,60                        |
| ТТК № 89/2                  | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ    | 40           | 2,60             | 0,44         | 18,52         | 88,44                         |
| ТТК № 10/2                  | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                   | 40           | 3,00             | 1,08         | 21,20         | 106,52                        |
| ТТК № 113/2                 | 113/2/1                 | СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)         | 200          | 1,00             | 0,00         | 25,40         | 110,00                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                     | <b>930</b>   | <b>28,90</b>     | <b>28,06</b> | <b>143,01</b> | <b>928,14</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |                                     |              | <b>28,90</b>     | <b>28,06</b> | <b>143,01</b> | <b>928,14</b>                 |

Зав.производством:

**В.В. Зеленов**

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 19 " 03 2026 г

| 10 день              |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>          |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 178/2          | 178/2                   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 100          | 1,34             | 5,16    | 8,66        | 85,84                         |
| ТТК № 134/2          | 134/2                   | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)          | 250          | 3,56             | 5,82    | 9,79        | 94,81                         |
| ТТК № 67/2           | 67/2                    | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ      | 120          | 11,28            | 14,16   | 10,80       | 185,76                        |
| ТТК № 127/2          | 127/2                   | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                | 200          | 2,89             | 6,20    | 27,86       | 167,65                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,50             | 0,54    | 10,60       | 53,26                         |
| ТТК № 49/2           | 49/2                    | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                 | 200          | 0,14             | 0,02    | 8,26        | 33,78                         |
| ТТК № 18/2           | 18/2                    | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ              | 60           | 5,47             | 4,56    | 24,60       | 161,33                        |
| ТТК № 29/2           | 29/2                    | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%      | 100          | 2,80             | 2,50    | 11,00       | 54,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                  | 1090         | 31,58            | 39,40   | 130,09      | 924,87                        |
| Всего за день:       |                         |                                  |              | 31,58            | 39,40   | 130,09      | 924,87                        |

Зав. производством:

В.В. Зеленов

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 20 " 03 2026 г

| 11 день              |                         |   |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Обед                 |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 20/2           | 20/2                    | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                                | 100          | 1,40             | 10,10   | 6,60        | 122,90                        |
| ТТК № 70/2           | 70/2                    | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)          | 250          | 1,38             | 5,03    | 16,44       | 116,52                        |
| ТТК № 110/2          | 110/2/2                 | КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ) | 100          | 10,30            | 4,70    | 9,59        | 121,86                        |
| ТТК № 289/2          | 289/2                   | РАГУ ОВОЩНОЕ (С СОУСОМ ТОМАТНЫМ)                | 200          | 2,59             | 6,30    | 21,12       | 151,58                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                               | 40           | 3,00             | 1,08    | 21,20       | 106,52                        |
| ТТК № 113/2          | 113/2/2                 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)                      | 200          | 0,60             | 0,00    | 33,00       | 136,00                        |
| ТТК № 19/2           | 19/2                    | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ                        | 20           | 0,80             | 5,40    | 12,40       | 102,00                        |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 950          | 22,67            | 33,05   | 138,87      | 945,82                        |
| Всего за день:       |                         |   |              | 22,67            | 33,05   | 138,87      | 945,82                        |

Зав.производством:

В.В. Зеленов

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ

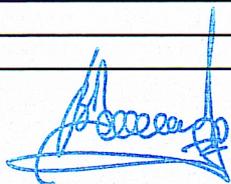


**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)  
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)  
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

21 " 03 2026 г

| 12 день              |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>          |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 383/2          | 383/2                   | САЛАТ "ПЁСТРЫЙ"                  | 100          | 1,80             | 5,30    | 13,00       | 106,90                        |
| ТТК № 84/2/2         | 84/2/2                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)       | 250          | 6,35             | 1,86    | 17,14       | 110,65                        |
| ТТК № 43/2           | 43/2                    | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ       | 100          | 13,55            | 5,86    | 17,82       | 178,22                        |
| ТТК № 30/2           | 30/2                    | КАПУСТА ТУШЕНАЯ                  | 200          | 3,73             | 6,68    | 19,05       | 151,21                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 20           | 1,50             | 0,54    | 10,60       | 53,26                         |
| ТТК № 128/2          | 128/2                   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ      | 200          | 0,78             | 0,00    | 20,56       | 85,36                         |
| ТТК № 1/2            | 1/2/3                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)        | 100          | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 38,00                         |
| ТТК № 63/2           | 63/2                    | ПИРОЖОК ПЕЧЕНый (С ЯБЛОКАМИ)     | 50           | 2,30             | 2,30    | 18,60       | 104,10                        |
| Итого за прием пищи: |                         |                                  | 1060         | 33,41            | 23,18   | 142,79      | 916,14                        |
| Всего за день:       |                         |                                  |              | 33,41            | 23,18   | 142,79      | 916,14                        |

Зав.производством:

 = В.В. Зеленов

Калькулятор: