

СОГЛАСОВАНО

Директор



2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 1 Понедельник

Неделя: 1

Среда

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
2008	184	Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	160/5	9,31	8,40	27,01	205,40
ТТК	1.44	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,40	8,10	13,00	142,00
2008	430	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	12.2	Печенье в ассортименте	25	3,00	2,50	11,20	69,00
Итого за Завтрак			525	15,71	19,20	73,71	514,40
Обед							
ТТК	1.1	Огурец солёный порционно	60	0,48	0,06	1,20	6,60
2012	72	Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	200/5/5	3,07	4,97	14,70	82,60
ТТК	9.38	Гуляш	100	11,24	12,30	8,40	214,20
ТТК	4.7	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	150	3,60	4,60	10,40	97,40
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за Обед			810	26,59	26,15	100,88	714,80
Итого за день				42,30	45,35	174,59	1229,20

Заведующий производством

Хасанов Р.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
Генеральный директор АО "КСП "Парголово"
 2025 г.



УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-14 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 2 Вторник

Неделя: 1

9 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	7.4	Чизкейк, запечённый по-школьному с повидлом	130/25	12,52	13,87	29,80	331,60
ТТК	15.3	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	25	2,00	1,16	12,99	68,00
2008	431	Чай с лимоном	200	0,29	0,10	14,69	59,90
ТТК	12.7	Вафли	20	1,44	2,23	9,80	62,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за Завтрак			500	16,65	17,76	77,08	565,90
Обед							
ТТК	1.2	Салат из свежей капусты с огурцом	60	0,61	3,20	2,62	53,10
2008	76	Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	200/5/5	3,46	4,63	9,71	93,30
ТТК	9.1	Шницель рубленый мясной	90	7,40	10,50	3,64	133,18
2008	331	Макаронные изделия отварные	150	5,50	4,80	31,30	191,00
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
Итого за Обед			800	24,77	27,25	117,15	795,78
Итого за день				41,42	45,01	194,23	1361,68

Заведующий производством

Ласков Р.В.
Ласков Р.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.С. Сидорова 583
Сидорова С.С.
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 3 Среда

Неделя: 1

10 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
2024	197	Каша пшеничная вязкая с тыквой	150	5,00	6,20	25,94	175,37
ТТК	1.43	Бутерброд с сыром	40	4,31	4,29	13,56	105,87
2008	430	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
Итого за Завтрак			690	15,83	15,97	74,18	495,80
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,80
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	5,27	3,74	15,10	114,02
ТТК	10.21	Котлета рубленая из филе куриного	90	9,84	5,60	8,95	144,73
ТТК	4.2	Ризотто (рис с овощами)	150	2,90	7,43	17,06	146,70
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за Обед			795	26,37	24,05	112,21	771,05
Итого за день				42,20	40,02	186,39	1266,85

Заведующий производством

А.В. Камедин

Камедин А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

С.В. Косов 583
С.В. Косов
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

А.В. Камедин
 2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 4 четверг

Неделя: 1

Продолжение

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	4.11	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Пшеница")	150	9,07	7,92	26,30	174,30
ТТК	1.45	Бутерброд с маслом сливочным	25	2,00	7,64	12,82	138,70
2008	431	Чай с лимоном	200	0,29	0,10	14,69	59,90
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	4,10	2,50	4,90	87,00
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за Завтрак			625	15,86	18,56	68,51	504,30
Обед							
2011	52/209	Салат из свеклы с яйцом	60/20	2,95	7,00	3,60	100,00
2012	82	Суп с макаронными изделиями, картофелем и курицей отварной	200/5	4,07	2,24	15,74	94,60
ТТК	8.7	Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами	90/30	8,17	6,85	9,44	151,76
2008	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за Обед			845	26,29	25,01	113,66	798,36
Итого за день				42,15	43,57	182,17	1302,66

Заведующий производством

С.В. Косов
С.В. Косов

СОГЛАСОВАНО

Директор

Передисколов В.
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 5 Пятница

Неделя: 1

12 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	5.2	Макароны отварные с сыром	160/15	12,58	14,20	32,60	303,50
ТТК	1.3	Бутерброд с повидлом	45	2,20	1,20	16,80	86,80
2008	433	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за Завтрак			520	18,58	18,10	82,30	567,30
Обед							
ТТК	1.48	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	66,40
2008	91	Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	4,28	5,22	17,80	118,30
ТТК	9.2	Голубцы ленивые	240	13,74	11,53	22,40	248,30
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.13	Напиток из протёртой брусники	200	0,50	0,10	24,10	95,20
Итого за Обед			800	26,56	26,93	114,64	756,2
Итого за день				45,14	45,03	196,94	1323,50

Заведующий производством

Касанов С.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Смирнов 583
Смирнов А.В.
 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 6 Понедельник

Неделя: 2

15 сентября

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	4.12	Каша "Янтарная"	150	8,96	12,37	29,04	220,70
ТТК	15.3	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	25	2,00	1,16	12,99	68,00
2008	430	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00
2011	338	Мандарин свежий	100	0,80	0,10	7,50	38,00
ТТК	16.1	Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	4,10	2,50	4,90	87,00
Итого за Завтрак			625	16,06	16,23	69,43	473,70
Обед							
ТТК	1.1	Огурец солёный порционно	60	0,48	0,06	1,20	6,60
ТТК	2.2	Бульон куриный с вермишелью и яйцом	200/10	7,80	3,10	10,10	109,20
ТТК	10.12	Паэлья с курицей	240	8,21	17,10	36,10	345,40
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
2008	442	Сок фруктовый (яблочный)	200	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за Обед			800	24,69	24,48	113,58	775,2
Итого за день				40,75	40,71	183,01	1248,90

Заведующий производством

Пасарников 8.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа 583

Камедина А.В.
2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедина А.В.
2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 7 Вторник

Неделя: 2

16 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	5.2	Макароны отварные с сыром	140/15	8,21	10,36	29,60	244,20
ТТК	1.3	Бутерброд с повидлом	45	2,20	1,20	16,80	86,80
2008	431	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ТТК	16.3	Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	5,92	5,08	9,38	107,56
Итого за Завтрак			600	16,53	16,74	70,78	498,56
Обед							
ТТК	1.46	Салат витаминный	60	0,71	3,20	4,60	52,20
2008	98\228	Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	200/10	4,78	2,27	15,68	103,00
ТТК	9.5	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/30	7,10	10,21	9,46	180,00
ТТК	4.7	Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	150	3,60	4,60	10,40	97,40
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
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
Итого за Обед			930	23,99	24,9	116,42	792,8
Итого за день				40,52	41,64	187,20	1291,36

Заведующий производством

Касанов С.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор 583

Григорьев А.В.

2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.



Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

14 декабря

День: 8 Среда

Неделя: 2

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	4.10	Плов фруктовый	150	10,31	9,12	35,10	279,40
ТТК	1.41	Бутерброд с яйцом	50	5,10	7,15	10,65	122,80
2008	433	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00
2011	338	Груша свежая	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за Завтрак			500	18,71	19,07	80,85	583,20
Обед							
2011	52	Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	60	1,70	3,84	2,60	54,40
2012	64	Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	200/5/5	2,55	4,11	9,04	80,80
ТТК	9.4	Печень по-строгановски	100	8,91	10,11	5,30	161,92
2024	192 н	Булгур с овощами	150	5,10	2,70	33,70	179,00
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.1	Компот из свежих яблок	200	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за Обед			810	25,66	24,98	117,12	791,92
Итого за день				44,37	44,05	197,97	1375,12

Заведующий производством Журавлёв В.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор ГБОУ школа 583

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 9 Четверг

Неделя: 2

18 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	7.2	Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	150/25	14,60	14,28	29,77	305,78
ТТК	15.3	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	25	2,00	1,16	12,99	68,00
2008	430	Чай с лимоном	200	0,29	0,10	14,69	59,90
2011	338	Яблоко свежее	100	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за Завтрак			500	17,29	15,94	67,25	478,08
Обед							
ТТК	1.33	Салат "Мозайка"	60	3,30	3,60	4,20	72,40
2008	76	Борщ из свежей капусты, с картофелем, курой отварной и сметаной	200/5/5	3,27	4,80	11,20	94,00
ТТК	9.33	Паста Болоньезе "по-школьному"	240	9,40	12,72	35,20	237,10
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.14	Сок фруктовый (персиковый)	200	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за Обед			800	24,17	25,34	111,98	707,5
Итого за день				41,46	41,28	179,23	1185,58

Заведующий производством

А.А. Касанов

СОГЛАСОВАНО

Директор

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор АО "КСП "Парголово"

Камедин А.В.

2025 г.

2025 г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

День: 10 Пятница

Неделя: 2

19 декабря

Год изд.сборник а	№ рец.	Прием пищи, наименование блюд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
				Б	Ж	У	
Завтрак							
ТТК	6.3	Омлет натуральный	150	14,50	14,27	8,89	262,43
ТТК	1.39	Бутерброд с сыром и огурцом	40	3,01	4,29	13,56	105,87
2008	430	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ТТК	12.1	Зефир витаминизированный	35	0,63	0,10	28,20	101,60
2011	338	Апельсин свежий	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за Завтрак			525	19,24	18,96	73,75	572,90
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,80
2012	81/116	Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	5,27	3,74	15,10	114,02
ТТК	9.6	Жаркое по-домашнему со свиной	240	12,50	14,94	23,20	277,37
ТТК	15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микроэлементами	40	3,20	1,70	20,40	92,00
ТТК	15.1	Батон нарезной обогащённый микроэлементами	50	4,00	2,32	25,98	136,00
ТТК	13.4	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	23,50	97,20
Итого за Обед			795	26,53	25,86	112,8	766,39
Итого за день				45,77	44,82	186,55	1339,29

Заведующий производством

Касанова З. В.