



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
/Россошанский Е.К./



ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПЛАТНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

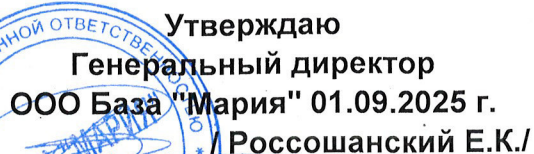
Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

1 день " " 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с сыром и маслом сливочным	20/15/5	5	8	14	148	3	2012
Каша гречневая жидкая с маслом сливочным	200/5	7,5	9,2	39,7	285,5	189	
Какао с молоком	200	6,5	3,5	18,9	112	396	
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	
Фрукты свежие (АПЕЛЬСИН)	100	1	0,2	8	43	19	
Итого за Завтрак	565	21,6	21,9	91	646		
Обед							
Салат из соленых огурцов с луком	100	1,8	5,1	2,6	67	20	2008
Суп картофельный с горохом и гренками	250/20	5,3	4,9	31,3	224	81	
Биточки рыбные	110	10	9,7	5,7	120,6	240	ТТК
Пюре картофельное	180	3,5	5,6	23,4	157,5	335	ТТК
Сок Персиковый	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	2008
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	940	26,6	28,6	115	821,6		
Итого за день	1 505	48,2	50,5	206	1467,6		

Заведующий производством _____



СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

2 день " " _____ **2025 г.**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с джемом	20/20	2	0,7	23,8	109	2	2012
Омлет с сыром и маслом сливочным	200/5	12	14,6	20	261,8	210	ТТК
Кофейный напиток с молоком	200	0,5	0,5	15	88,1	393	ТТК
Йогурт массовая доля жира 2,5%	210	6,3	5,2	22	160,6	435	ТТК
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Итого за Завтрак	675	22,4	22	91,2	677		
Обед							
Салат "Степной" из разных овощей	100	1,4	5,1	7,9	85	30	ТТК
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250	6,7	8,4	15	151,2	67	ТТК
Сердце тушеное в соусе	120	6,6	7,2	6,1	115,6	257	ТТК
Макаронные изделия	180	8	5	33	189	330	ТТК
Компот из изюма	200	0,6	0,1	21,1	81	130	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	930	28,3	28,8	115,1	787,8		
Итого за день	1605	50,7	50,8	206,3	1464,8		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
/ Россошанский Е.К. /



Согласовано
Директор ГБОУ № 76
/ Васильев А.И. /

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
для предоставления платного питания учащимся
образовательных учреждений Санкт-Петербурга**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

3 день " " 2025 г.

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
	Бутерброд с маслом	20/10	3,3	8	14	123,2	1	2012
	Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	200/5	13,7	12,1	37	311,7	89	ТТК
	Чай с молоком и сахаром	200	1,8	1,3	13,9	75,3	266	ТТК
	Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
	Фрукты свежие (БАНАН)	100	1,6	0,6	20	96	20	ТТК
	Итого за Завтрак	555	22	23	95,3	663,7		
	Обед							
	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
	Суп Крестьянский с крупой и мясом	250	6,2	3	25,4	158,6	90	ТТК
	Котлеты рубленные из птицы	110	10	9,3	9,4	166,5	312	ТТК
	Рагу овощное (3-й вариант)	200	2,5	7,1	15,4	136,4	351	ТТК
	Сок Яблочный	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	2,7	1,5	17,3	78	7	ТТК
	Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед		960	27	28,4	116,1	824,9		
Итого за день		1 515	49	51,4	211,4	1488,6		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
/ Россошанский Е.К. /



Согласовано
Директор ГБОУ № 76
/ Машков /

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПЛАТНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

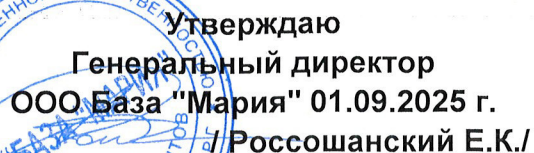
Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

4 день " " 2025 г.

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
	Бутерброд с маслом и джемом	20/5/15	3	6	28	139	2	2012
	Запеканка из творога со сгущенным молоком	200	17	15,6	37,3	400	224	ТТК
	Чай с сахаром	200	0,3		8,3	34	266	2014
	Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
	Фрукты свежие (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10	47	368	2012
Итого за Завтрак		560	22,3	23	94	677,5		
	Обед							
	*Помидор свежий	100	0,6	0,2	3	16	13	ТТК
	Рассольник ленинградский с мясом, сметаной, зеленью	250	3,4	7,4	23,2	173	91	ТТК
	Плов	280	14,2	12,6	38	306,3	321	ТТК
	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	441	2008
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
	Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
	Молоко в инд. упаковке 3,2 % жирности	200	6	6,4	9,4	120	435	ТТК
Итого за Обед		1 090	28,3	28,9	119,9	827,8		
Итого за день		1 650	50,6	51,9	213,9	1505,3		

Заведующий производством _____



СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

5 день " " **2025 г.**

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с джемом	20/20	2	0,7	23,8	109	2	2012
Каша овсяная "Геркулес" жидкая с маслом сливочным	200/10	17	20,1	38,3	376,3	189	ТТК
Кофейный напиток с молоком	200	0,5	0,5	15	88,1	393	ТТК
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Фрукты свежие (АПЕЛЬСИН)	100	1	0,2	8	43	19	ТТК
Итого за Завтрак	570	22,1	22,5	95,5	673,9		
Обед							
Винегрет овощной	100	1,4	7	6,6	123	51	ТТК
Суп картофельный с вермишелью, птицей и зеленью петрушки	250/20	6,3	4	20,9	144,8	88	ТТК
Голубцы ленивые	280	14,6	14,6	35,5	331,8	315	ТТК
Сок Персиковый	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	930	28,3	28,9	115	852,1		
Итого за день	1 500	50,4	51,4	210,5	1526		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
/ Россошанский Е.К. /



Согласовано
Директор ГБОУ № _____

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПЛАТНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

6 день " " 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с маслом	20/10	3,3	8	14	123,2	1	2012
Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	200/5	10,6	8,2	50,5	318,2	189	ТТК
Молоко кипяченое	200	6,1	5,3	10,1	113	434	2008
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Фрукты свежие (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10	47	368	2012
Итого за Завтрак	555	22	22,9	95	658,9		
Обед							
Огурец свежий	100	0,8	0,2	3,3	15	11	ТТК
Суп картофельный с мясом, крупой и зеленью	250	7,9	6,6	26,7	220,3	90	ТТК
Биточки рубленые из птицы	100	9,4	9	16,3	183,4	306	ТТК
Рагу овощное (3-й вариант)	200	2,5	7,1	15,4	136,4	351	ТТК
Напиток из сухофруктов	200		0,3	8	30,9	440	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	2,7	1,5	17,3	78	7	ТТК
Батон обогащенный	60	4,2	3	28	152	8	ТТК
Итого за Обед	970	27,5	27,7	115	816		
Итого за день	1 525	49,5	50,6	210	1474,9		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
Россошанский Е.К./



Согласовано
Директор ГБОУ №

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
для предоставления платного питания учащимся
образовательных учреждений Санкт-Петербурга**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

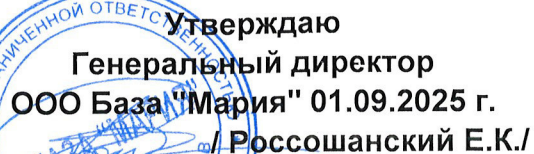
Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

7 день " " 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Макроны с сыром	220	12	17,1	46,1	386,3	210	ТТК
Какао с молоком	200	6,5	3,5	18,9	112	396	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Фрукты свежие (ГРУША)	100	0,4	0,4	9,5	45	3	ТТК
Итого за Завтрак	560	22,1	23	95	657,3		
Обед							
Салат из квашеной капусты с зеленым луком	100	1,6	4	5,1	64	40	2008
Бульон с лапшой, зеленью и птицей	250/15	4	2	12	112	110	ТТК
Гуляш	120	12,7	9,3	12	182,5	259	ТТК
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,2	8,5	33,7	233,1	320,01	ТТК
Сок Абrikосовый	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	2,7	1,5	17,3	78	7	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	965	28,4	27,6	120,6	870,1		
Итого за день	1525	50,5	50,6	215,6	1527,4		

Заведующий производством _____



СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

8 день " " _____ 2025 г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с маслом и джемом	20/5/10	2,2	5	17,6	130	2	2012
Запеканка из творога со сгущенным молоком	220	17,8	16,2	44,6	395,4	224	ТТК
Чай с сахаром и лимоном	200	0,4	0,2	8,8	40	393	2012
Фрукты свежие (БАНАН)	100	1,6	0,6	20	96	20	ТТК
Итого за Завтрак	555	22	22	91	661,4		
Обед							
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
Суп из овощей с птицей	250	7	5	46	211	91	ТТК
Жаркое по-домашнему	280	14,9	15,4	25,9	364	258	ТТК
Напиток из сухофруктов	200		0,3	8	30,9	440	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	910	28,3	28,9	120	856,8		
Итого за день	1 465	50,3	50,9	211	1518,2		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
/ Россошанский Е.К. /



Согласовано
Директор ГБОУ № 1

**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПЛАТНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

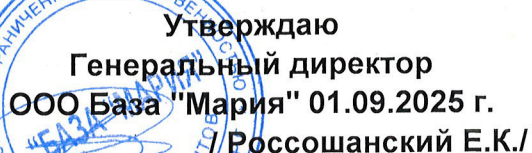
Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

9 день " " 2025 г.

	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки	Жиры	Углеводы			
	Завтрак							
	Бутерброд с сыром	25/20	6,4	6,8	13	144	3	2012
	Омлет натуральный	200	9,3	9,5	41	286,7	204	ТТК
	Кофейный напиток с молоком	200	0,5	0,5	15	88,1	393	ТТК
	Йогурт массовая доля жира 2,5%	210	6,3	5,2	22	160,6	435	ТТК
Итого за Завтрак		655	22,5	22	91	679,4		
	Обед							
	Огурец свежий	100	0,8	0,2	3,3	15	11	ТТК
	Борщ с капустой, картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250/10/5	6,7	11,4	12,1	179	76	ТТК
	Рыба, тушеная в томате с овощами	120	10,1	6,8	19,9	188,7	231	2008
	Пюре картофельное	180	3,5	5,6	23,4	157,5	335	2008
	Сок Персиковый	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	2,7	1,5	17,3	78	7	ТТК
	Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед		965	28	27,8	116,5	818,7		
Итого за день		1 620	50,5	49,8	207,5	1498,1		

Заведующий производством _____



Директор ГБОУ №



**ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
для предоставления платного питания учащимся
образовательных учреждений Санкт-Петербурга**

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

10 день " " 2025
г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с джемом	20/20	2	0,7	23,8	109	2	2012
Каша пшенная жидкая	200/10	16	18,5	34,2	370,1	189	ТТК
Чай с молоком и сахаром	200	1,8	1,3	13,9	75,3	266	ТТК
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Фрукты свежие (ЯБЛОКО)	100	0,4	0,4	10	47	368	2012
Итого за Завтрак	570	21,8	21,9	92,3	658,9		
Обед							
Салат "Степной" из разных овощей	100	1,4	5,1	7,9	85	30	ТТК
Суп картофельный с крупой и рыбой	250	4	4,7	27	186,2	92	ТТК
Плов из птицы	280	17	15,8	42,1	368,6	321	ТТК
Компот из свежих яблок	200	0,1	0,1	11,5	47,3	44	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	910	27,5	28,7	120,5	853,1		
Итого за день	1 480	49,3	50,6	212,8	1512		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
Россошанский Е.К./



Согласовано
Директор ГБОУ №

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
для предоставления платного питания учащимся
образовательных учреждений Санкт-Петербурга

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

11 день " " 2025
г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Бутерброд с маслом	20/5	1,6	4,6	10,3	90,1	1	2012
Каша рисовая жидкая с маслом сливочным	200	8,1	9,7	40,1	283,3	90	ТТК
Какао с молоком	200	6,5	3,5	18,9	112	396	ТТК
Йогурт массовая доля жира 2,5%	210	6,3	5,2	22	160,6	435	ТТК
Итого за Завтрак	635	22,5	23	91,3	646		
Обед							
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	100	1,4	5,2	8,1	84,9	33	2012
Щи из квашеной капусты с картофелем, мясом, сметаной и зеленью	250	6,1	4,7	11,6	116,7	85	ТТК
Биточки Особые	100	11	10	25,5	220	271	ТТК
Пюре картофельное	180	3,5	5,6	23,4	157,5	335	2008
Сок Абрикосовый	200	1	0,3	20	86,5	442	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	1,8	1	11,5	52	5	ТТК
Батон обогащенный	40	3,2	2	20,5	114	4	ТТК
Итого за Обед	910	28	28,8	120,6	831,6		
Итого за день	1 545	50,5	51,8	211,9	1477,6		

Заведующий производством _____



Утверждаю
Генеральный директор
ООО База "Мария" 01.09.2025 г.
Россошанский Е.К./



Согласовано

Директор ГБОУ №

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД 5-11 класс)
ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПЛАТНОГО ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

СТОИМОСТЬ РАЦИОНА:

Завтрак: 134 руб.

Обед: 201 руб.

12 день " " 2025
г.

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Макроны с сыром	220	12	17,1	46,1	386,3	210	ТТК
Чай с сахаром	200	0,3		8,3	34	266	2014
Батон обогащенный	20	1,6	1	10,4	57,5	1	ТТК
Молоко в инд. упаковке 3,2 % жирности	200	6	6,4	9,4	120	435	ТТК
Фрукты свежие (БАНАН)	100	1,6	0,6	20	96	20	ТТК
Итого за Завтрак	740	21,5	25,1	94,2	693,8		
Обед							
Огурец соленый	100	0,8		1,8	13	17	ТТК
Суп картофельный с вермишелью, птицей и зеленью петрушки	250/20	6,3	4	20,9	144,8	88	ТТК
Печень по-строгановски	100	10,8	9,7	10,8	173,7	256	ТТК
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,2	8,5	33,7	233,1	320,01	ТТК
Напиток из сухофруктов	200		0,3	8	30,9	440	ТТК
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	2,7	1,5	17,3	78	7	ТТК
Батон обогащенный	60	4,2	3	28	152	8	ТТК
Итого за Обед	970	28	27	120,5	825,5		
Итого за день	1 710	49,5	52,1	214,7	1519,3		

Заведующий производством _____