

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания "Парголово"

Камедин А.В.

"29" января 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.

Фурсова Н.А.

"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

09 февраля

2026 г.

1 день

| Наименование                                      | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|---------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
|                                                   | г         |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                   |           |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                   | г         |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                           |
| Обед                                              |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Огурец солёный порционно                          | 150       | ТТК                                                                                   | 1.5                                                    | 2,20  | 2,15  | 7,00           | 26,50                                     |
| Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной    | 300/25/20 | 2012                                                                                  | 72                                                     | 14,68 | 15,44 | 25,84          | 276,52                                    |
| Гуляш                                             | 150       | ТТК                                                                                   | 9.42                                                   | 24,61 | 25,99 | 20,92          | 338,46                                    |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 250       | ТТК                                                                                   | 4.8                                                    | 15,28 | 16,75 | 25,25          | 242,85                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 75        | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60        | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Сок фруктовый (яблочный)                          | 200       | 2008                                                                                  | 442                                                    | 1,00  | 0,20  | 19,80          | 86,00                                     |
| Мандарины                                         | 300       | 2011                                                                                  | 338                                                    | 2,40  | 0,30  | 22,32          | 114,00                                    |
| Вафли                                             | 40        | ТТК                                                                                   | 12.11                                                  | 2,88  | 4,46  | 19,60          | 124,00                                    |
| Плюшка "Московская"                               | 100       | ТТК                                                                                   | 14.1                                                   | 8,62  | 14,40 | 61,65          | 329,80                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1670      |                                                                                       |                                                        | 82,47 | 85,72 | 271,95         | 1880,13                                   |
| Всего за день:                                    |           |                                                                                       |                                                        | 82,47 | 85,72 | 271,95         | 1880,13                                   |

Заведующий производством

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания "Парголово"

Камедин А.В.  
"29" января 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района  
Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.

Фурсова Н.А.  
"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

10 февраля

2026 г.

| 2 день                                                      |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|-------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
| Наименование                                                | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                             | г         |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                             |           |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                             | г         |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                           |
| Обед                                                        |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Салат из свежей капусты с огурцом                           | 150       | ТТК                                                                                   | 1.6                                                    | 1,53  | 7,95  | 6,54           | 132,75                                    |
| Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной | 300/25/20 | 2008                                                                                  | 76                                                     | 16,38 | 18,52 | 26,85          | 251,64                                    |
| Шницель рубленый мясной                                     | 150       | ТТК                                                                                   | 9.7                                                    | 19,86 | 23,99 | 14,85          | 277,48                                    |
| Макаронные изделия отварные                                 | 250       | 2008                                                                                  | 331                                                    | 15,33 | 16,40 | 41,73          | 254,67                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами           | 60        | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                 | 75        | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Компот из смеси сухофруктов                                 | 200       | ТТК                                                                                   | 13.4                                                   | 0,60  | 0,10  | 23,50          | 97,20                                     |
| Яблоко свежее                                               | 300       | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 1,20  | 29,40          | 141,00                                    |
| Печенье в ассортименте                                      | 75        | ТТК                                                                                   | 12.5                                                   | 9,00  | 7,50  | 33,60          | 207,00                                    |
| Сдоба обыкновенная                                          | 75        | ТТК                                                                                   | 14.3                                                   | 5,70  | 14,90 | 37,20          | 246,00                                    |
| Итого за прием пищи:                                        | 1680      |                                                                                       |                                                        | 80,40 | 96,59 | 283,24         | 1949,74                                   |
| Всего за день:                                              |           |                                                                                       |                                                        | 80,40 | 96,59 | 283,24         | 1949,74                                   |

Заведующий производством



Утверждено  
Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Наргялово"  
Камедин А.В.  
"29" января 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И. Фурсова Н.А.  
"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 классов КАДЕТЫ  
11 февраля 2026 г.

| 3 день                                            |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                   | г      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                   |        |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                   | г      |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                           |
| Обед                                              |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Салат из квашеной капусты                         | 150    | 2008                                                                                  | 40                                                     | 2,50  | 8,10  | 11,70          | 123,00                                    |
| Суп картофельный с горохом и гречками             | 300/25 | 2012                                                                                  | 81/116                                                 | 15,32 | 19,01 | 42,79          | 266,79                                    |
| Котлета рубленая из филе куриного                 | 150    | ТТК                                                                                   | 10.22                                                  | 18,12 | 11,46 | 21,93          | 253,00                                    |
| Ризотто (рис с овощами)                           | 250    | ТТК                                                                                   | 4.9                                                    | 11,45 | 18,39 | 32,16          | 304,89                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60     | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 75     | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Компот из свежих яблок                            | 200    | ТТК                                                                                   | 13.1                                                   | 0,20  | 0,20  | 20,10          | 87,80                                     |
| Груша свежая                                      | 300    | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 0,90  | 30,90          | 141,00                                    |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                     | 150    | ТТК                                                                                   | 16.1                                                   | 4,10  | 2,50  | 4,90           | 87,00                                     |
| Булочка "Домашняя"                                | 100    | ТТК                                                                                   | 14.2                                                   | 7,20  | 10,80 | 49,80          | 300,60                                    |
| Итого за прием пищи:                              | 1760   |                                                                                       |                                                        | 70,89 | 77,39 | 283,85         | 1906,08                                   |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                       |                                                        | 70,89 | 77,39 | 283,85         | 1906,08                                   |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания "Аргоново"  
Камедин А.В.  
"29" января 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района  
Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.  
Фурсова Н.А.  
"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

12 февраля

2026 г

4 день

| Наименование                                                | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|-------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
|                                                             | г      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                             |        |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                             | г      |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                           |
| Обед                                                        |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Салат из свеклы с яйцом                                     | 150    | 2011                                                                                  | 52/209                                                 | 7,55  | 13,75 | 8,50           | 145,00                                    |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой<br>отварной | 300/25 | 2012                                                                                  | 82                                                     | 10,56 | 11,36 | 29,32          | 180,40                                    |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами              | 150/30 | ТТК                                                                                   | 8.8                                                    | 19,12 | 15,54 | 19,78          | 213,50                                    |
| Картофель отварной                                          | 250    | 2008                                                                                  | 333                                                    | 8,83  | 14,07 | 35,07          | 257,11                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами        | 60     | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                 | 75     | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Сок фруктовый (персиковый)                                  | 200    | ТТК                                                                                   | 13.14                                                  | 1,00  | 0,20  | 15,00          | 76,00                                     |
| Яблоко свежее                                               | 300    | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 1,20  | 29,40          | 141,00                                    |
| Печенье в ассортименте                                      | 75     | ТТК                                                                                   | 12.5                                                   | 9,00  | 7,50  | 33,60          | 207,00                                    |
| Плюшка "Московская"                                         | 100    | ТТК                                                                                   | 14.1                                                   | 8,62  | 14,40 | 61,65          | 329,80                                    |
| Итого за прием пищи:                                        | 1715   |                                                                                       |                                                        | 76,68 | 84,05 | 301,89         | 1891,81                                   |
| Всего за день:                                              |        |                                                                                       |                                                        | 76,68 | 84,05 | 301,89         | 1891,81                                   |

Заведующий производством



Утверждаю  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания "Наргало"   
Камедин А.В.

"29" января 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района  
Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.  
Фуреова Н.А. 

"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

13 февраля 2026 г

| 5 день                                                                  |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|-------------------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
| Наименование                                                            | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                                         | г         |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                                         |           |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                                         |           |                                                                                       |                                                        | г     | г     | г              |                                           |
| Обед                                                                    |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Винегрет овощной                                                        | 150       | ТТК                                                                                   | 1.49                                                   | 3,40  | 10,20 | 9,66           | 130,66                                    |
| Рассольник ленинградский с перловой крупой, курицей отварной и сметаной | 300/25/20 | 2008                                                                                  | 91                                                     | 13,10 | 18,21 | 55,10          | 385,60                                    |
| Голубцы ленивые                                                         | 350       | ТТК                                                                                   | 9.17                                                   | 17,14 | 14,40 | 32,96          | 408,37                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами                       | 60        | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами                             | 75        | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Напиток из протёртой брусники                                           | 200       | ТТК                                                                                   | 13.13                                                  | 0,50  | 0,10  | 24,10          | 95,20                                     |
| Апельсин свежий                                                         | 300       | 2011                                                                                  | 338                                                    | 2,70  | 0,60  | 24,30          | 129,00                                    |
| Зефир витаминизированный                                                | 35        | ТТК                                                                                   | 12.1                                                   | 0,63  | 0,10  | 23,20          | 101,60                                    |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                                           | 150       | ТТК                                                                                   | 16.1                                                   | 4,10  | 2,50  | 4,90           | 87,00                                     |
| Сдоба обыкновенная                                                      | 75        | ТТК                                                                                   | 14.3                                                   | 5,70  | 14,90 | 37,20          | 246,00                                    |
| Всего за прием пищи:                                                    | 1740      |                                                                                       |                                                        | 58,07 | 67,04 | 280,99         | 1925,43                                   |
| Всего за день:                                                          |           |                                                                                       |                                                        | 58,07 | 67,04 | 280,99         | 1925,43                                   |

Заведующий производством 

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания "Парголово"

Камедин А.В.

"29" января 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И. Фурсова Н.А.

"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

16 февраля 2026 г

7 день

| Наименование                                         | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
|                                                      | г      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                      |        |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                      |        |                                                                                       |                                                        | г     | г     | г              |                                           |
| Обед                                                 |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Огурец солёный порционно                             | 150    | ТТК                                                                                   | 1.5                                                    | 2,20  | 2,15  | 7,00           | 26,50                                     |
| Бульон куриный с вермишелью и яйцом                  | 300/20 | ТТК                                                                                   | 2.11                                                   | 16,46 | 9,32  | 25,12          | 216,60                                    |
| Паэлья с курицей                                     | 350    | ТТК                                                                                   | 10.23                                                  | 10,25 | 21,37 | 45,11          | 531,67                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами | 60     | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами          | 75     | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Сок фруктовый (яблочный)                             | 200    | 2008                                                                                  | 442                                                    | 1,00  | 0,20  | 19,80          | 86,00                                     |
| Мандарины                                            | 300    | 2011                                                                                  | 338                                                    | 2,40  | 0,30  | 22,32          | 114,00                                    |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                        | 150    | ТТК                                                                                   | 16.1                                                   | 4,10  | 2,50  | 4,90           | 87,00                                     |
| Печенье в ассортименте                               | 75     | ТТК                                                                                   | 12.5                                                   | 9,00  | 7,50  | 33,60          | 207,00                                    |
| Сдоба обыкновенная                                   | 75     | ТТК                                                                                   | 14.3                                                   | 5,70  | 14,90 | 37,20          | 246,00                                    |
| Итого за прием пищи:                                 | 1755   |                                                                                       |                                                        | 61,91 | 64,27 | 264,62         | 1856,77                                   |
| Всего за день:                                       |        |                                                                                       |                                                        | 61,91 | 64,27 | 264,62         | 1856,77                                   |

Заведующий производством



Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания Парголово"

Камедин А.В.

"29" января 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.

Фурсова Н.А.

"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

17 февраля

2026 г

| 8 день                                            |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
|---------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|------------------------------------------|
| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энергетиче-<br>ская цен-<br>ность, ккал. |
|                                                   | г      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
|                                                   |        |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                          |
|                                                   | г      |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                          |
| Обед                                              |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
| Салат витаминный                                  | 150    | ТТК                                                                                   | 1.47                                                   | 1,20  | 5,33  | 7,66           | 87,00                                    |
| Суп рыбный с картофелем и перловой крупой         | 300/25 | 2008                                                                                  | 98/228                                                 | 15,44 | 5,37  | 28,18          | 210,08                                   |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 150/20 | ТТК                                                                                   | 9.15                                                   | 13,75 | 21,46 | 25,54          | 338,89                                   |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 250    | ТТК                                                                                   | 4.8                                                    | 15,28 | 16,75 | 25,25          | 242,85                                   |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 60     | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                   |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 75     | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                   |
| Напиток из шиповника                              | 200    | ТТК                                                                                   | 13.1                                                   | 0,20  | 0,20  | 20,10          | 87,80                                    |
| Яблоко свежее                                     | 300    | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 1,20  | 29,40          | 141,00                                   |
| Вафли                                             | 40     | ТТК                                                                                   | 12.11                                                  | 2,88  | 4,46  | 19,60          | 124,00                                   |
| Булочка "Домашняя"                                | 100    | ТТК                                                                                   | 14.2                                                   | 7,20  | 10,80 | 49,80          | 300,60                                   |
| Итого за прием пищи:                              | 1670   |                                                                                       |                                                        | 67,95 | 71,60 | 275,10         | 1874,22                                  |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                       |                                                        | 67,95 | 71,60 | 275,10         | 1874,22                                  |

Заведующий производством

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания «Парголово»

Камедин А.В.

29 января 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И. Фурсова Н.А.

29 января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

18 февраля

2026 г

| 9 день                                               |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
| Наименование                                         | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                      | г         |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|                                                      |           |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                      | г         |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                           |
| Обед                                                 |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом       | 150       | 2011                                                                                  | 52                                                     | 4,80  | 9,40  | 8,33           | 100,66                                    |
| Суп из овощей с курицей отварной и сметаной          | 300/25/20 | 2011                                                                                  | 99                                                     | 11,16 | 10,83 | 25,06          | 285,10                                    |
| Печень по-строгановски                               | 150       | 2011                                                                                  | 255                                                    | 16,36 | 13,19 | 14,22          | 270,38                                    |
| Картофель отварной                                   | 250       | 2008                                                                                  | 333                                                    | 8,83  | 14,07 | 35,07          | 257,11                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами | 60        | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами          | 75        | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Компот из свежих яблок                               | 200       | ТТК                                                                                   | 13.1                                                   | 0,20  | 0,20  | 20,10          | 87,80                                     |
| Груша свежая                                         | 300       | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 0,90  | 30,90          | 141,00                                    |
| Печенье в ассортименте                               | 90        | ТТК                                                                                   | 12.5                                                   | 11,00 | 12,50 | 38,60          | 277,00                                    |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                        | 150       | ТТК                                                                                   | 16.1                                                   | 4,10  | 2,50  | 4,90           | 87,00                                     |
| Итого за прием пищи:                                 | 1750      |                                                                                       |                                                        | 68,45 | 69,62 | 246,75         | 1848,05                                   |
| Всего за день:                                       |           |                                                                                       |                                                        | 68,45 | 69,62 | 246,75         | 1848,05                                   |

Заведующий производством



Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания «Парголово»

Камедин А.В.

29 января 2026 г.

Согласовано

Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И. Фурсова Н.А.

Фурсова Н.А.

29 января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

19 февраля

2026 г

| 10 день                                                |           |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
|--------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|-------------------------------------------|
| Наименование                                           | Выход,    | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энер-гети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                        | г         |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                           |
|                                                        |           |                                                                                       |                                                        | г     | г     | г              |                                           |
|                                                        | Обед      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                           |
| Салат "Мозайка"                                        | 150       | ТТК                                                                                   | 1.42                                                   | 8,50  | 9,00  | 11,00          | 145,66                                    |
| Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной | 300/25/20 | 2008                                                                                  | 76                                                     | 12,25 | 18,80 | 32,10          | 274,20                                    |
| Паста Болоньезе "По-школьному"                         | 350       | ТТК                                                                                   | 9.41                                                   | 13,31 | 15,15 | 45,85          | 416,35                                    |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами      | 60        | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                    |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами            | 75        | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                    |
| Сок фруктовый (персиковый)                             | 200       | ТТК                                                                                   | 13.14                                                  | 1,00  | 0,20  | 15,00          | 76,00                                     |
| Яблоко свежее                                          | 300       | 2011                                                                                  | 338                                                    | 1,20  | 1,20  | 29,40          | 141,00                                    |
| Зефир витаминизированный                               | 70        | ТТК                                                                                   | 12.1                                                   | 1,26  | 0,20  | 46,20          | 203,20                                    |
| Сдоба обыкновенная                                     | 75        | ТТК                                                                                   | 14.3                                                   | 5,70  | 14,90 | 37,20          | 246,00                                    |
| Итого за прием пищи:                                   | 1625      |                                                                                       |                                                        | 54,02 | 65,48 | 286,32         | 1844,41                                   |
| Всего за день:                                         |           |                                                                                       |                                                        | 54,02 | 65,48 | 286,32         | 1844,41                                   |

Заведующий производством

Утверждено  
Генеральный директор АО "Комбинат социального  
питания "Парголово"  
Камедин А.В.  
"29" января 2026 г.

Согласовано  
Директор ГБОУ школа № 253 Приморского района  
Санкт-Петербурга им. капитана 1-го ранга П.И.  
Фурсова Н.А.  
"29" января 2026 г.

Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

20 февраля

2026 г

| 11 день                                              |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
|------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|-------|----------------|------------------------------------------|
| Наименование                                         | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция /сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>ческой<br>карты | Белки | Жиры  | Угле-<br>воды, | Энергети-<br>ческая цен-<br>ность, ккал. |
|                                                      | г      |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
|                                                      |        |                                                                                       |                                                        | Всего | Всего | Всего          |                                          |
|                                                      | г      |                                                                                       |                                                        | г     | г     |                |                                          |
| 11 день                                              |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
| Обед                                                 |        |                                                                                       |                                                        |       |       |                |                                          |
| Салат из квашеной капусты                            | 150    | 2008                                                                                  | 40                                                     | 2,60  | 7,10  | 11,70          | 103,00                                   |
| Суп картофельный с горохом и гречками                | 300/25 | 2012                                                                                  | 81/116                                                 | 15,32 | 19,01 | 42,79          | 266,79                                   |
| Жаркое по-домашнему со свининой                      | 350    | 2011                                                                                  | 259                                                    | 22,71 | 31,76 | 29,91          | 613,62                                   |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый<br>микронутриентами | 60     | ТТК                                                                                   | 15.4                                                   | 4,80  | 2,55  | 30,60          | 138,00                                   |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами          | 75     | ТТК                                                                                   | 15.1                                                   | 6,00  | 3,48  | 38,97          | 204,00                                   |
| Компот из смеси сухофруктов                          | 200    | ТТК                                                                                   | 13.4                                                   | 0,60  | 0,10  | 23,50          | 97,20                                    |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                        | 150    | ТТК                                                                                   | 16.1                                                   | 4,10  | 2,50  | 4,90           | 87,00                                    |
| Апельсин свежий                                      | 300    | 2011                                                                                  | 338                                                    | 2,70  | 0,60  | 24,30          | 129,00                                   |
| Вафли                                                | 80     | ТТК                                                                                   | 12.11                                                  | 5,60  | 9,00  | 38,20          | 248,00                                   |
| Итого за прием пищи:                                 | 1717   |                                                                                       |                                                        | 64,43 | 76,10 | 244,87         | 1886,61                                  |
| Всего за день:                                       |        |                                                                                       |                                                        | 64,43 | 76,10 | 244,87         | 1886,61                                  |

Заведующий производством