

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания «Парголово»

Камелин 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

10 марта

2026 г

2 день							
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1680</b>			<b>80,40</b>	<b>96,59</b>	<b>283,24</b>	<b>1949,74</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>80,40</b>	<b>96,59</b>	<b>283,24</b>	<b>1949,74</b>

Заведующий производством

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального

питания "Парголово"

Камелин 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

11 марта 2026 г

3 день							
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1760</b>			<b>70,89</b>	<b>77,39</b>	<b>283,85</b>	<b>1906,08</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>70,89</b>	<b>77,39</b>	<b>283,85</b>	<b>1906,08</b>

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

12 марта 2026 г

4 день

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
Салат из свеклы с яйцом	150	2011	52/209	7,55	13,75	8,50	145,00
Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой 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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1715</b>			<b>76,68</b>	<b>84,05</b>	<b>301,89</b>	<b>1891,81</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>76,68</b>	<b>84,05</b>	<b>301,89</b>	<b>1891,81</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор АО «Комбинат социального питания "Царголово"»  
Камедин А.В.



Согласовано

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



**Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ**

*13 марта* 2026 г

5 день							
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энергетиче- ская цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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
<b>Всего за прием пищи:</b>	<b>1740</b>			<b>58,07</b>	<b>67,04</b>	<b>280,99</b>	<b>1925,43</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>58,07</b>	<b>67,04</b>	<b>280,99</b>	<b>1925,43</b>

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**

*16 марта* 202*6* г

7 день							
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энергетиче- ская цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1755</b>			<b>61,91</b>	<b>64,27</b>	<b>264,62</b>	<b>1856,77</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>61,91</b>	<b>64,27</b>	<b>264,62</b>	<b>1856,77</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждено  
 Генеральный директор АО «Комбинат социального  
 питания Наргоялов»  
 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 марта

2026 г

8 день							
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1670</b>			<b>67,95</b>	<b>71,60</b>	<b>275,10</b>	<b>1874,22</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>67,95</b>	<b>71,60</b>	<b>275,10</b>	<b>1874,22</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор АО "Комбинат социального питания «Парголово»  
Камедин А.В.



Согласовано

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



Ежедневное меню комплексного обеда учащихся 9-11 класс КАДЕТЫ

18 марта 2026 г

9 день							
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>Обед</b>							
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 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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1750</b>			<b>68,45</b>	<b>69,62</b>	<b>246,75</b>	<b>1848,05</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>68,45</b>	<b>69,62</b>	<b>246,75</b>	<b>1848,05</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Генеральный директор АО «Комбинат социального питания «Нарголово»

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

19 марта 2026 г

10 день							
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	воды,	
				г	г	Всего	
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1625</b>			<b>54,02</b>	<b>65,48</b>	<b>286,32</b>	<b>1844,41</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>54,02</b>	<b>65,48</b>	<b>286,32</b>	<b>1844,41</b>

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**

*20 марта* 2026 г

11 день							
Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети-ческая цен-ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>11 день</b>							
<b>Обед</b>							
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 свиной	350	2011	259	22,71	31,76	29,91	613,62
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
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1717</b>			<b>64,43</b>	<b>76,10</b>	<b>244,87</b>	<b>1886,61</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>64,43</b>	<b>76,10</b>	<b>244,87</b>	<b>1886,61</b>

Заведующий производством \_\_\_\_\_