

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *Лицей № 445*  
*М. В. Архипов*

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

" 12 " марта 2026 г

| 4 день               |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Обед                 |                         |                                  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 178/2          | 178/2                   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ    | 100          | 1,34             | 5,16    | 8,66        | 85,84                         |
| ТТК № 132/2          | 132/2                   | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ         | 250          | 5,56             | 3,20    | 17,80       | 122,25                        |
| ТТК № 42/2           | 42/2                    | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                 | 100          | 10,52            | 12,92   | 11,14       | 202,92                        |
| ТТК № 52/2           | 52/2                    | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ           | 200          | 3,20             | 7,60    | 18,67       | 155,87                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                | 40           | 3,00             | 1,08    | 21,20       | 106,52                        |
| ТТК № 113/2          | 113/2/3                 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)         | 200          | 1,00             | 0,20    | 20,20       | 92,00                         |
| ТТК № 60/2           | 60/2                    | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ       | 20           | 1,40             | 2,60    | 14,60       | 88,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                  | 950          | 28,62            | 33,20   | 130,79      | 941,84                        |
| Всего за день:       |                         |                                  |              | 28,62            | 33,20   | 130,79      | 941,84                        |

Зав.производством: *А*

Калькулятор: