

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *Лицей № 415*  
*М. В. Архипова*

**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**

" 6 " июля — 2026 г

| 3 день               |                          |                                   |              |                  |         |             |                                |
|----------------------|--------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|--------------------------------|
| Сборник рецептур     | № техноло-гической карты | Прием пищи, наименование блюда    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергети-ческая ценность, ккал |
|                      |                          |                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                                |
| Обед                 |                          |                                   |              |                  |         |             |                                |
| ТТК № 381/2          | 381/2                    | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ | 100          | 3,42             | 8,02    | 5,82        | 109,14                         |
| ТТК № 382/2          | 382/2                    | БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)         | 250          | 2,66             | 6,90    | 9,45        | 110,54                         |
| ТТК № 59/2           | 59/2                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ            | 120          | 14,10            | 12,00   | 9,54        | 194,54                         |
| ТТК № 283/2          | 283/2                    | РИС ОТВАРНОЙ                      | 180          | 2,94             | 5,73    | 42,22       | 201,61                         |
| 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 № 128/2          | 128/2                    | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ       | 200          | 0,78             | 0,00    | 20,56       | 85,36                          |
| ТТК № 1/2            | 1/2/1                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)         | 100          | 0,90             | 0,20    | 8,10        | 43,00                          |
| Итого за прием пищи: |                          |                                   | 1030         | 30,40            | 34,37   | 135,41      | 939,15                         |
| Всего за день:       |                          |                                   |              | 30,40            | 34,37   | 135,41      | 939,15                         |

Зав.производством:

Калькулятор: