

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

Директор _____
"_____" января 2026 год. "Утверждаю" _____
Васильева Р.Н.

Примерное десятидневное меню на 2026 г

1 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блюда (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
					Всего	Всего		
					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Суп картофельный с фасолью и зеленью	300/1	11,39	Сб. 1996	№ 138	7,7	5,4	22,4	169
Мясо тушеное в томатном соусе и зелени	50/50/1	78,46	Сб. 2004	№ 433	15,5	16,5	2,8	220
Греча отварная рассыпчатая	150	13,58	Сб. 1996	№ 463	8,6	6,3	39	247
Огурец свежий	100	14,90	к/к	к/к	0,8	0	2,6	13
Чай с молоком и сахаром	200	7,20	Сб. 1996	№ 630	1,7	1,4	17,5	88,2
Яблоки свежие	150	19,95	к/к	к/к	0,6	0	14,7	57
Хлеб обогащенный микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		159,30			41,51	30,80	137,50	1022,20
		Полдник						
Изделия хлеб-булоч. кексы и под. ун. 99,6 гр	3 шт.	26,12	к/к	к/к	5	18	51	380
Итого:					5,00	18,00	51,00	380,00
Всего:		185,42			46,51	48,80	188,50	1402,20

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Контроль: Булыгина И.И.

1

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

2 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блюда (руб.)	Технологический норма-типовый документ (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
		0,00			0	0	0	
					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Борщ с капустой, картофелем, свиной, сметаной и зеленью	300/25/5/1	25,98	Сб. 1996	№ 110	9,7	18,1	14,34	259
Гречка жареная	100	103,74	Сб. 1996	№ 310	16,2	14,8	4,4	216
Пюре картофельное с молочным	200/5	27,00	Сб. 1996	№ 472	4,2	11,3	27,1	226
Компот из свежих яблок с витамином С	200	7,60	Сб. 1996	№ 585	0,2	0,2	27,9	115
Помидор св.	100	17,90	к/к	к/к	1,1	0	3,8	20
Апельсин свежий	200	23,82	к/к	к/к	2,20	3,10	19,80	93,00
Хлеб обогащенный микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		219,86			40,21	48,70	135,84	1157,00
		Подлинник						
Молоко пастер. уп. 200 гр.	птг.	36,61	к/к	к/к	2,8	3,2	4,7	58
Итого:		36,61			2,80	3,20	4,70	58,00
Всего:		256,47			43,01	51,90	140,54	1215,00

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.П.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"
"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

3 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блока (руб.)	Техноло- гический норма- тивный докумен (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическа я ценность (ккал)
					Всего	Всего		
			к/к	к/к	0	0	0	0
Итого:					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Пш из свеж. капусты, картофелем, курой сметанной и зеленью	300/20/5/1	18,80	Сб.1996	№120	3,5	5,9	9,3	106
Котлета рубленая из птицы с зеленью	75/1	28,20	Сб.1996	№ 460	14	10,7	12,8	203
Рагу овощное с зеленью	200/2	45,05	Сб.1996	№ 486	6	9	16	168
Омлет свежий	100	14,90	к/к	к/к	0,8	0	2,6	13
Кисель из кураги с витамином С	200	15,44	Сб.2004	№ 643	0,7	0,1	37	151
Груша свежая	240	42,82	к/к	к/к	1	0	21,8	136,8
Хлеб обог. микроэлементами	120	13,82		к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		178,03			32,61	26,90	138,00	1005,80
		Подарок						
Изделия хлебобулоч. конск. в инд.уп. 99,6 г	3 шт.	26,27	к/к	к/к	5	18	51	380
Итого:					5,00	18,00	51,00	380,00
Всего:		205,30	0,00	0,00	37,61	44,90	189,00	1385,80

Заведующий отделением Сысоева Е.А.

Калькулятор

Булыгина И.И.

"Утверждаю"

Васильева Р.Н.

4 ДЕНЬ

Заведующий отделением: Соболева Е.А. *Е.А.*
Калькулятор: Булыгина Н.Н. *Н.Н.*

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

5 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блюда (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
					0	0	0	0
Итого:					-	-	-	-
		Обед						
Суп из овощей со сметаной, зеленью	300/25/5/1	32,41	СБ.1996	№ 132	9,8	18,24	12,34	253,5
Тестели в томатном соусе и зелени	115/75/1	40,07	СБ.2004	№ 461	15,4	23,7	17,5	352
Картофель отварной	200	10,53	СБ.1996	№470	3,9	6,3	31,3	197
Помидор св.	100	17,90	к/к	к/к	1,1	0	3,8	20
Чай с молоком и сахаром	200	7,20	СБ.1996	№ 630	1,7	1,4	17,5	88,2
Печенье	40	11,04	к/к	к/к	3	4,7	30	167
Киви свежие	160	24,83	к/к	к/к	0,6	0	16,4	63
Хлеб обогащенный микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		157,80			42,11	55,54	167,34	1368,70
Изделия хлеб-булочные в нед уп.99,6 гр.	3 шт	26,27	к/к	к/к	5	18	51	380
Итого:			к/к	к/к	5,00	18,00	51,00	380,00
Всего:		184,07			47,11	73,54	218,34	1748,70

5

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.Н.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

6 ДЕНЬ

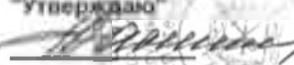
Наименование	Выход (г)	Цена блока (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник)	Помар рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
		Завтрак						
			0	0	0	0	0	0
Итого:					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Суп картофельный с крушой, треской и зеленью	300/30/1	39,67	Сб.2004	№ 138	11,9	3,7	23,5	175
Котлеты рубленая мясная/особая/	75	50,87	Сб.2004	№ 452	11,3	14,9	8,9	215
Каша овсяная тушеная с молочным	200/5	19,81	Сб.1996	№ 482	5,2	9,8	13,1	162
Сок натуральный	200	15,56	к/к	к/к	0,5	0	10,6	47
Яблоки свежие	150	19,95	к/к	к/к	0,6	0	14,7	57
Хлеб белый микроклетчатка	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		159,68			36,11	29,60	109,30	884,00
		Полдник						
	шт.		к/к	к/к				
Молочко пастер. уп 200 гр.	шт.	36,61	к/к	к/к	2,8	3,2	4,7	58
Итого:					2,80	3,20	4,70	58,00
Всего:		196,29			38,91	32,80	114,00	942,00

6

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина И.И.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

Утверждаю
Директор  Васильева Р.Н.

7 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блюда (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Рассольник ленинградский с курой, сметаной и зеленым	300/20/5/1	22,68	Сб.1996	№ 129	3,3	6,2	20,4	151
Рыба отварная с зеленым	125/2	135,90	Сб.1996	№ 300	18,2	0,6	0	79
Картофельное пюре с морковью и м/стимулами.	200/5	18,31	Сб.2004	№ 181	4,1	5,4	25,7	190
Отвар из шиповника с витамином Б	200	4,98	Сб.1996	№ 652	2	0	24	104
Фрукты свежие/мандарины/	150	13,82	к/к	к/к	1,2	0	12,1	57
Хлеб обога микроэлементами	120	10,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		215,57			35,41	13,40	120,70	809,00
Изделия хлеб-булоч.кексы в инд.уп.99,6 гр.	3 шт.	26,27	к/к	к/к	5	18	51	380
Итого:					5,00	18,00	51,00	380,00
Всего:		241,84			40,41	31,40	171,70	1189,00

7

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.П.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

8 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блюда (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептов)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
					0	0	0	0
					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Суп картофельный с горохом, свиной и зеленью	300/25/1	24,00	Сб. 1996	№ 138	13,8	17,6	22,3	304
Печень по-строгановски и зелень	75/50/2	50,63	Сб. 2004	№ 439	20,1	12,9	13,3	252
Макароны отварные с м/сл.	200/5	14,72	Сб. 1996	№ 469	7,4	10,5	41,8	292
Помидор св.	100	17,90	к/к	к/к	1,1	0	3,8	20
Чай с сахаром	200	2,04	Сб. 2004	№ 692	0,2	0,1	15	60
Киви свежие	160	24,83	к/к	к/к	0,6	0	16,4	63
Хлеб обогащенный микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		147,94			49,81	42,30	151,10	1219,00
		Полдник						
Молоко пастер. ст 200 гр	нп.	36,61	к/к	к/к	2,8	3,2	4,7	58
Итого:					2,80	3,20	4,70	58,00
Всего:		184,55			52,61	45,50	155,80	1277,00

8

Заведующий отделением: Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.П.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

9 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блока (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептур)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
		Завтрак						
	50	0,00	к/к	к/к	0	0	0	0
Итого:		-			-	-	-	-
		Обед						
Суп молочный с вермишелью	300	21,55	Сб.1996	№162	6,8	5,9	26	186
Филе индейки тушеная в сметанном соусе и зелень	100/50/2	83,60	Сб.2004	№ 493	30	23	7,2	360
Картофель отварной	200	10,54	Сб.1996	№470	3,9	6,3	31,3	197
Отуреп свежий	100	14,90	к/к	к/к	0,8	0	2,6	13
Сок натуральный	200	15,56	к/к	к/к	0,5	0	10,6	47
Запеканка из творога с повидлом	100/30	66,84	Сб.2004	№ 366	18	9,1	37,5	305
Хлеб обога микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		226,81			66,61	45,50	153,70	1336,00
		Полдник						
Изделия хлеб-булоч.кексы в шд.уп.99,6 гр.	3 шт.	26,27	к/к	к/к	5	18	51	380
Итого:					5,00	18,00	51,00	380,00
Всего:		253,08			71,61	63,50	204,70	1716,00

9

Заведующий отделением Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.П.

Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение социального обслуживания населения
"Комплексный центр социального обслуживания населения Центрального района Санкт-Петербурга"

"Утверждаю"

Директор

Васильева Р.Н.

10 ДЕНЬ

Наименование	Выход (г)	Цена блока (руб.)	Технологический нормативный документ (сборник рецептур)	Номер рецептуры	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)
		Завтрак						
Итого:					0,00	0,00	0,00	0,00
		Обед						
Пшеница из квашеной кнущеты с мясом и сметаной	300/25/5	30,22	Сб.2004	№ 129	11,3	7,3	6	132
Пшеница рыбный натуральный с зелен.	100/2	89,85	Сб.2004	№ 391	17,9	13,5	9,1	228
Свекла тушеная	200	12,98	Сб.1996	№ 212	3,9	4	21,7	141
Кисель из сока плодово-ягодного натурального.	200	7,61	Сб. 2004	№ 638	0,1	0,1	29,2	118
Апельсины свежие	180	21,44	к/к	к/к	2,00	2,80	17,80	84,00
Хлеб обога микроэлементами	120	13,82	к/к	к/к	6,61	1,2	38,5	228
Итого:		175,92			41,81	28,90	122,30	931,00
		Полдник						
Молоко пастер. ул.200 гр.	шт	36,61	к/к	к/к	2,8	3,2	4,7	58
	200							
Итого:		36,61			2,80	3,20	4,70	58,00
Всего:		212,53			44,61	32,10	127,00	989,00
								10

Заведующий отделением Соболева Е.А.

Калькулятор: Булыгина Н.Н.