



"Согласовано"  
 Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 06 " 10 2022 г.

9 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,40	5,40	20,80	174,00
2010	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	12,60	10,50	14,60	166,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,10	0,00	10,20	41,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,70	0,20	6,40	32,30
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>510</b>	<b>19,40</b>	<b>16,70</b>	<b>60,60</b>	<b>467,70</b>
<b>Обед</b>							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	60	2,00	4,30	4,10	56,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	9,30	21,30	161,20
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	90	11,70	10,70	20,50	226,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	5,40	20,30	141,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,10	0,10	12,10	51,20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,00	0,30	18,70	71,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>745</b>	<b>26,20</b>	<b>30,70</b>	<b>105,60</b>	<b>761,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>45,60</b>	<b>47,40</b>	<b>166,20</b>	<b>1 228,80</b>

Зав.производством:

Калькулятор:



"Согласовано"

Директор ГБОУ \_\_\_\_\_



**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, 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**

" 06 " 10 2022 г.

10 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,90	7,20	29,70	232,00
2010	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	12,60	10,50	14,60	166,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,10	0,00	10,20	41,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,70	0,20	6,40	32,30
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>20,90</b>	<b>18,50</b>	<b>69,50</b>	<b>525,70</b>
<b>Обед</b>							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	3,30	5,10	6,10	76,40
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	7,10	10,60	25,20	188,40
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	13,00	11,50	22,40	241,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	6,50	24,40	162,90
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,10	0,10	12,10	51,20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,00	0,30	18,70	71,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>875</b>	<b>30,90</b>	<b>34,70</b>	<b>117,50</b>	<b>844,70</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>51,80</b>	<b>53,20</b>	<b>187,00</b>	<b>1 370,40</b>

Зав.производством:

Калькулятор: