



**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**

" 17 " 01 2023 г.

7 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,00	16,60	13,90	202,10
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,20	0,10	10,80	85,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	10,00	40,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,00	2,50	23,00	115,00
Итого за прием пищи:			510	15,90	19,80	66,30	495,90
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	60	1,00	3,50	3,50	56,70
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/10	3,10	3,90	11,90	114,60
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНые ИЗ ПТИЦы	90	13,00	6,70	12,10	201,40
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,70	4,60	38,50	226,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,00	0,00	8,70	118,00
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
Итого за прием пищи:			740	24,40	19,60	102,00	841,60
Всего за день:				40,30	39,40	168,30	1 337,50

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

" 17 " 01 2023 г.

8 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11,00	16,60	13,90	202,10
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	80	3,60	0,30	21,60	170,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	10,00	40,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,00	2,50	23,00	115,00
Итого за прием пищи:			550	18,30	20,00	77,10	580,90
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	100	1,70	5,10	4,60	75,80
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/10	3,70	4,80	14,60	136,20
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,40	7,40	13,40	213,80
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,40	5,20	42,20	241,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,00	0,00	8,70	118,00
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
Итого за прием пищи:			870	27,80	23,40	110,80	909,60
Всего за день:				46,10	43,40	187,90	1 490,50

Зав.производством:
 Калькулятор: