



"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**

" 14 " 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	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>510</b>	<b>15,90</b>	<b>19,80</b>	<b>66,30</b>	<b>495,90</b>
<b>Обед</b>							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ 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 РУБЛЕННЫЕ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>740</b>	<b>24,40</b>	<b>19,60</b>	<b>102,00</b>	<b>841,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>40,30</b>	<b>39,40</b>	<b>168,30</b>	<b>1 337,50</b>

Зав.производством:  
 Калькулятор: