



"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

" 26 " 09 2022 г.

| 1 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 12,60 | 16,00 | 29,50 | 295,00 |
| 2011 | 71/1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) | 30 | 0,00 | 0,00 | 0,90 | 6,60 |
| 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 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 500 | 14,70 | 17,00 | 58,80 | 442,40 |
| Обед | | | | | | | |
| к/к | к/к | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМУ* | 60 | 0,50 | 5,40 | 10,60 | 80,00 |
| 2008 | 83 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,10 | 4,30 | 5,10 | 76,00 |
| 2008 | 314 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 13,00 | 6,70 | 12,10 | 201,40 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ | 150 | 2,00 | 4,00 | 11,40 | 130,00 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,10 | 23,50 | 67,00 |
| к/к | к/к | ВАФЛИ | 20 | 5,85 | 3,70 | 25,90 | 123,80 |
| 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: | | | 755 | 26,15 | 25,10 | 115,90 | 803,00 |
| Всего за день: | | | | 40,85 | 42,10 | 174,70 | 1 245,40 |

Зав.производством:

Калькулятор: