



"Согласовано"  
Директор ГБОУ Солнечный



**Ежедневное меню рационов горячего питания (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**

" 21 " 12 2023 г

| 10 день              |                         |                                                                     |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Обед</b>          |                         |                                                                     |              |                  |         |             |                               |
| 2012 / 2011          | 14 / 70                 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ с 01.11 | 100          | 1,10             | 6,20    | 4,70        | 79,40                         |
| 2012                 | 67                      | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ                        | 250/5        | 1,90             | 5,60    | 8,60        | 92,80                         |
| 2008                 | 311                     | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                                                       | 280          | 26,50            | 17,80   | 51,70       | 524,10                        |
| к/к                  | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                                                | 20           | 1,30             | 0,20    | 9,30        | 44,20                         |
| к/к                  | к/к                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                                      | 20           | 1,60             | 0,50    | 10,60       | 53,60                         |
| 2008                 | 442                     | СОК ФРУКТОВЫЙ                                                       | 180          | 1,00             | 0,20    | 17,80       | 77,30                         |
| к/к                  | к/к                     | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%                                                | 100          | 2,80             | 2,50    | 11,00       | 80,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                                     | 955          | 36,20            | 33,00   | 113,70      | 951,40                        |
| Всего за день:       |                         |                                                                     |              | 36,20            | 33,00   | 113,70      | 951,40                        |

Зав.производством:

Калькулятор: