



"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**

" 20 " 09 2022 г.

8 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	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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>18,30</b>	<b>20,00</b>	<b>77,10</b>	<b>580,90</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>870</b>	<b>27,80</b>	<b>23,40</b>	<b>110,80</b>	<b>909,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>46,10</b>	<b>43,40</b>	<b>187,90</b>	<b>1 490,50</b>

Зав.производством:  
Калькулятор: