

ООО "Воскресенье"

"Согласовано"
 Директор ГБОУ *С.С.С.С.С.*



Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 173,00 руб. (завтрак - 63,00 руб., обед - 110,00 руб.) 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 (для сырьевых столовых)

" 08 " 10 2021 г

| 10 день | | | | | | | |
|---|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 4,2 | 7,1 | 12,6 | 113 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/25 | 5,6 | 5,2 | 12,9 | 116 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 2,3 | 1,2 | 22,4 | 84,8 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5% | 100 | 2,0 | 2,8 | 23,0 | 127 |
| Итого за прием пищи: | | | 510 | 15,6 | 16,9 | 81,2 | 493,2 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 52/209 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60/20 | 3,1 | 6,7 | 5,8 | 84,0 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ | 200 | 4,2 | 3,2 | 11,3 | 87 |
| к/к | к/к | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ | 90 | 9,3 | 8,1 | 16,0 | 185 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 5,5 | 4,8 | 31,3 | 191,0 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,6 | 0,2 | 28,6 | 67 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30 | 2,0 | 0,3 | 12,7 | 61,2 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| Итого за прием пищи: | | | 750 | 26,2 | 23,9 | 116 | 727,6 |
| Всего за день: | | | | 41,8 | 40,8 | 197,2 | 1 220,8 |
| Всего за 10 дней завтраков: | | | | 168,4 | 165,2 | 806,4 | 5 005,2 |
| Всего за 10 дней обедов: | | | | 255,8 | 257,5 | 1 049,9 | 7 183,9 |
| Итого за 10 дней: | | | | 424,2 | 422,7 | 1 832,6 | 12 189,1 |
| Среднее значение за период: | | | | 42 | 42 | 183 | 1219 |
| Содержание белков, жиров, углеводов за 10 дней в % от калорийности: | | | | 14 | 31 | 60 | |

Зав.производством: *С.С.С.С.С.*
 Калькулятор: