



"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

" 2 " 12 2022 г.

| 11 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов | № 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 | 200 | 7,30 | 9,50 | 18,80 | 228,00 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/25 | 5,60 | 5,20 | 12,90 | 116,00 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 3,60 | 2,40 | 19,60 | 125,60 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | | | 560 | 20,10 | 20,20 | 82,90 | 638,20 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 52/209 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 80/20 | 3,90 | 8,40 | 6,40 | 98,10 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ | 250 | 4,00 | 4,90 | 18,10 | 130,30 |
| к/к | к/к | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ | 100 | 11,40 | 10,00 | 17,80 | 211,50 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 180 | 6,50 | 5,70 | 37,60 | 226,20 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,20 | 28,60 | 67,00 |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | | | 860 | 29,50 | 30,10 | 135,80 | 857,90 |
| Всего за день: | | | | 49,60 | 50,30 | 218,70 | 1 496,10 |

Зав.производством:

Калькулятор: