



"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

" 14 " 03 2023 г.

| 11 день | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2012 | 206 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 200/15 | 9,50 | 11,10 | 34,20 | 313,80 |
| 2011 | 71 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,10 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,60 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,10 | 14,60 | 58,40 |
| к/к | к/к | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 123,00 |
| к/к | к/к | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 13,10 | 17,40 | 81,00 | 598,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 2011 | 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 100 | 3,40 | 6,40 | 24,70 | 164,70 |
| 2012 | 76 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250/5 | 2,20 | 5,90 | 16,80 | 128,80 |
| 2008 | 241 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ | 100 | 13,60 | 3,60 | 6,00 | 132,20 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 180 | 3,70 | 5,80 | 24,50 | 164,70 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,60 | 0,40 | 18,50 | 88,40 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,10 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 24,10 | 97,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 895 | 28,70 | 23,20 | 135,80 | 883,20 |
| Всего за день: | | | | 41,80 | 40,60 | 216,80 | 1 481,60 |

Зав.производством:
Калькулятор: