



"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**

" 19 " 10 2022 г.

**9 день**

| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>              |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 210                     | МАКАРОНЫ С СЫРОМ                                  | 200          | 17,10            | 21,10        | 42,30         | 380,00                        |
| 2011                        | 71/2                    | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)                         | 30           | 0,40             | 0,00         | 9,00          | 7,00                          |
| 2008                        | 433                     | КАКАО С МОЛОКОМ                                   | 200          | 4,80             | 4,00         | 11,80         | 112,40                        |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 20           | 1,60             | 0,60         | 8,60          | 53,60                         |
| к/к                         | к/к                     | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ                                   | 100          | 0,90             | 0,20         | 8,10          | 43,00                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>550</b>   | <b>24,80</b>     | <b>25,90</b> | <b>79,80</b>  | <b>596,00</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 43                      | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ          | 100          | 1,70             | 12,70        | 10,00         | 135,00                        |
| 2008                        | 91                      | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ              | 250/5        | 3,00             | 5,40         | 15,20         | 136,00                        |
| 2008                        | 284/364                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ                | 100/20       | 16,20            | 11,70        | 18,60         | 298,00                        |
| к/к                         | к/к                     | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ                                     | 180          | 3,60             | 6,00         | 17,60         | 164,10                        |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ            | 180          | 0,10             | 0,10         | 23,50         | 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>885</b>   | <b>28,20</b>     | <b>36,80</b> | <b>112,20</b> | <b>924,90</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>53,00</b>     | <b>62,70</b> | <b>192,00</b> | <b>1 520,90</b>               |

Зав.производством: *di*

Калькулятор: