

"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

" 25 " 01 2024 г

4 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 ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,60 | 4,70 | 20,80 | 141,00 |
| 2008 | 225 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 80/20 | 10,80 | 9,60 | 26,40 | 216,50 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,20 | 0,00 | 6,90 | 28,90 |
| 2021 | 470 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 160 | 4,50 | 4,00 | 17,60 | 128,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 615 | 23,10 | 19,40 | 92,90 | 621,60 |
| Обед | | | | | | | |
| 2016 | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК | 100 | 0,80 | 5,20 | 7,50 | 81,90 |
| 2016 | 82 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 2,00 | 4,20 | 15,30 | 95,20 |
| 2017 | 260 | ГУЛЯШ | 100 | 9,70 | 20,40 | 2,50 | 174,40 |
| 2016 | 334 | РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ | 180 | 3,60 | 5,80 | 34,10 | 220,70 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,90 | 0,70 | 27,80 | 132,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2016 | 398 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 200 | 1,00 | 0,10 | 22,80 | 95,10 |
| Итого за прием пищи: | | | 930 | 24,00 | 37,50 | 131,20 | 907,10 |
| Всего за день: | | | | 47,10 | 56,90 | 224,10 | 1 528,70 |

Зав.производством:

Калькулятор: