

"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**

" 15 " сентября 2022 г.

| 4 день                      |                         |   |              |                  |              |               |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>              |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 224                     | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ                   | 160/35       | 15,80            | 14,90        | 31,30         | 306,10                        |
| 2008                        | 1                       | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ  | 10/20        | 1,90             | 7,80         | 12,60         | 128,40                        |
| 2008                        | 431                     | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                                     | 200/5        | 0,10             | 0,00         | 10,20         | 41,80                         |
| 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                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>550</b>   | <b>21,40</b>     | <b>25,80</b> | <b>85,70</b>  | <b>644,90</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| 2011                        | 52/к/к                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ | 80/20        | 4,10             | 8,20         | 6,70          | 77,30                         |
| 2008                        | 95                      | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ   | 250          | 3,80             | 4,70         | 14,80         | 129,00                        |
| 2008                        | 311                     | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ   | 250          | 21,50            | 19,80        | 45,90         | 455,00                        |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>830</b>   | <b>33,10</b>     | <b>33,80</b> | <b>123,30</b> | <b>853,10</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>54,50</b>     | <b>59,60</b> | <b>209,00</b> | <b>1 498,00</b>               |

Зав.производством:

Калькулятор: