

"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**

" 21 " 11 2022 г.

1 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	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	17,10	21,10	42,30	380,00
2011	71/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,00	0,00	0,90	6,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	10,00	40,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,60	0,60	8,60	53,60
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>19,20</b>	<b>22,10</b>	<b>71,60</b>	<b>527,40</b>
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	1,00	9,00	17,70	133,70
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,50	5,10	7,10	89,00
2008	314	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,40	7,40	13,40	213,80
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,00	6,00	15,20	166,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ. ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,10	23,50	67,00
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	5,85	3,70	25,90	123,80
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>29,45</b>	<b>32,20</b>	<b>130,10</b>	<b>918,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,65</b>	<b>54,30</b>	<b>201,70</b>	<b>1 445,50</b>

Зав. производством: *д*

Калькулятор: