

"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**

" 29 " 11 2022 г.

8 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	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11.00	16.60	13.90	202.10
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	80	3.60	0.30	21.60	170.00
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	ЙОГУРТ ЖИРН 2.5%	100	2.00	2.50	23.00	115.00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>18.30</b>	<b>20.00</b>	<b>77.10</b>	<b>580.90</b>
<b>Обед</b>							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	100	1.70	5.10	4.60	75.80
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/10	3.70	4.80	14.60	136.20
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	14.40	7.40	13.40	213.80
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4.40	5.20	42.20	241.00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0.00	0.00	8.70	118.00
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>870</b>	<b>27.80</b>	<b>23.40</b>	<b>110.80</b>	<b>909.60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>46.10</b>	<b>43.40</b>	<b>187.90</b>	<b>1 490.50</b>

Зав.производством:

Калькулятор: