



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

" 11 " 05 2023 г.

| 10 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 6,10 | 8,90 | 22,60 | 194,60 |
| 2012 | 235 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ | 60/15 | 10,10 | 7,70 | 22,90 | 168,80 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,60 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,30 | 0,10 | 14,60 | 59,70 |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 100 | 2,80 | 2,50 | 11,00 | 80,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 20,90 | 19,70 | 81,70 | 556,70 |
| Обед | | | | | | | |
| 2012 / 2011 | 14 / 70 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ с 01.11 | 100 | 1,10 | 6,20 | 4,70 | 79,40 |
| 2012 | 67 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ | 250/5 | 1,90 | 5,60 | 8,60 | 92,80 |
| 2008 | 311 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 280 | 26,50 | 17,80 | 51,70 | 524,10 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 20 | 1,30 | 0,20 | 9,30 | 44,20 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,60 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 180 | 1,00 | 0,20 | 17,80 | 77,30 |
| Итого за прием пищи: | | | 855 | 33,40 | 30,50 | 102,70 | 871,40 |
| Всего за день: | | | | 54,30 | 50,20 | 184,40 | 1 428,10 |

Зав.производством:
Калькулятор: