

"Согласовано"
 Директор ГБОУ

"Согласовано"

**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
 (для буфетов-распределов)**

" 26 " января 2022 г

3 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 ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,6	11,8	24,5	243
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,6	5,2	12,9	116
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	2,3	1,2	22,4	85
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	85	0,2	0,0	16,7	56
Итого за прием пищи:			550	18,2	18,8	86,8	552,2
Обед							
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,6	8,7	13,9	92,0
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	3,8	7,3	9,1	123
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	13,8	8,4	10,3	189
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	37,6	229
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	22,0	92,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			865	29,8	31,3	115,9	839,3
Всего за день:				48,0	50,1	202,7	1 391,5

Зав. производством:

Калькулятор: