



"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**

" 2 " сентябрь 2022 г

| 5 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 5,6 | 6,5 | 33,1 | 219 |
| к/к | к/к | ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ | 50 | 8,3 | 8,8 | 1,1 | 121 |
| 2008 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,8 | 3,0 | 14,8 | 102 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 20 | 1,5 | 0,6 | 10,3 | 52,4 |
| к/к | к/к | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,9 | 0,2 | 18,1 | 63 |
| Итого за прием пищи: | | | 570 | 20,1 | 19,1 | 77,4 | 557,8 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008/2011 | 40/71/2 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03 | 100 | 1,7 | 5,1 | 14,0 | 83 |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ | 250 | 6,4 | 1,8 | 28,4 | 185,5 |
| 1996 | 394 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ | 250 | 18,9 | 22,5 | 27,7 | 397,5 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С | 180 | 0,1 | 0,1 | 25,1 | 51,2 |
| 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: | | | 830 | 30,6 | 30,4 | 118,2 | 831 |
| Всего за день: | | | | 50,7 | 49,5 | 195,6 | 1 388,8 |

Зав.производством:

Калькулятор: