



**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**

" 10 " октября 2022 г

1 день							
Сборник рецептур	№ 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	15,8	19,3	30,7	336,6
2011	71/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	30	0,9	0,1	13,0	22
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	10,0	40,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	0,4	29,8	97
Итого за прием пищи:			<b>550</b>	<b>19,1</b>	<b>20,4</b>	<b>93,8</b>	<b>548,2</b>
<b>Обед</b>							
к/к	к/к	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМУ*	100	1,0	7,2	17,2	134
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,5	5,1	7,1	84
2008	314	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,8	8,4	15,0	201
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	3,0	6,0	15,2	109
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	6,2	3,7	25,9	123,8
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:			<b>915</b>	<b>29,6</b>	<b>31,5</b>	<b>132,0</b>	<b>831,6</b>
Всего за день:				<b>48,7</b>	<b>51,9</b>	<b>225,8</b>	<b>1 379,8</b>

Зав.производством: *п*  
Калькулятор: *с*