

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**

" 10 " ноября 2022 г

4 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/35	15,8	14,9	31,3	296
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/25/	1,1	0,7	7,5	122
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	10,2	41,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,8	23,0	127
Итого за прием пищи:			555	20,5	19,0	82,3	639,6
Обед							
2011	52/к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	80/20	4,5	8,2	6,7	77,3
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ	250	3,8	4,2	14,8	129
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	17,0	17,6	43,5	455
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,6	0,2	28,6	67
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	29,4	31,1	116,6	841,9
Всего за день:				49,9	50,1	198,9	1 481,5

Зав.производством:

Калькулятор: