

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

" 16 " октября 2023 г

1 день

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2017 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 5,50 | 5,30 | 23,20 | 168,60 |
| 2016 | 231 | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ | 80 | 4,70 | 9,80 | 2,70 | 126,80 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 25/20 | 7,50 | 7,90 | 10,70 | 144,40 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2021 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК | 1 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 575 | 23,90 | 26,20 | 80,00 | 674,90 |
| Обед | | | | | | | |
| 2016 | 14 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ | 100 | 1,10 | 6,20 | 4,70 | 79,10 |
| 2016 | 72 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ | 250 | 2,70 | 4,60 | 6,00 | 87,40 |
| 2016 | 264 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ | 280 | 17,60 | 16,90 | 33,50 | 381,90 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | 3,90 | 0,70 | 27,80 | 132,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,20 | 92,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 930 | 29,30 | 29,70 | 113,40 | 880,20 |
| Всего за день: | | | | 53,20 | 55,90 | 193,40 | 1 555,10 |

Зав.производством:

Калькулятор: