

Директор ГБОУ

"Согласовано"

Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 24 " 11 2023 г

10 день

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 210 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 8,70 | 11,10 | 28,00 | 255,20 |
| 2017 | 71 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 30 | 0,00 | 0,10 | 1,10 | 6,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,00 | 6,70 | 27,40 |
| 2021 | 580 | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 102,00 |
| 2021 | 470 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 120,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 15,40 | 20,90 | 75,30 | 564,80 |
| Обед | | | | | | | |
| 2017 | 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 1,60 | 4,30 | 5,80 | 67,10 |
| 2016 | 82 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 200 | 1,60 | 3,00 | 12,30 | 82,30 |
| 2016 | 271 | БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ | 100 | 9,70 | 5,00 | 9,40 | 124,50 |
| 2008 | 351 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2,70 | 9,10 | 16,90 | 133,10 |
| 2021 | 575 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,60 | 0,40 | 18,50 | 88,40 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 442 | СОК АБРИКОСОВЫЙ | 180 | 0,90 | 0,00 | 22,90 | 99,00 |
| ТТК | 1 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 870 | 23,00 | 23,10 | 115,10 | 744,60 |
| Всего за день: | | | | 38,40 | 44,00 | 190,40 | 1 309,40 |

Зав.производством:

Калькулятор: