

"Согласовано"
Директор ГБОУ



Ежедневное меню рационов горячего питания (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

Васильева " 4 октября 2022 г

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 35/56 | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03 | 100 | 5,6 | 5,1 | 6,9 | 75 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 250/10 | 3,7 | 4,8 | 19,4 | 103,5 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 13,2 | 12,8 | 18,4 | 212 |
| 2008 | 326 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ | 180 | 4,4 | 5,5 | 46,2 | 230,8 |
| 2008 | 402 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С | 180 | 0,0 | 0,0 | 8,7 | 118,0 |
| 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 |
| к/к | к/к | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,8 | 0,4 | 29,8 | 97 |
| Итого за прием пищи: | | | 970 | 31,2 | 29,5 | 152,4 | 949,9 |
| Всего за день: | | | | 31,2 | 29,5 | 152,4 | 949,9 |

Зав.производством:

Калькулятор: