

"Согласовано"
 Директор ГБОУ



Циклическое двухнедельное сбалансированное 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

Александр " *11* " *сентябрь* 2022 г

5 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,10	8,90	22,60	194
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,70	0,60	19,60	95
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,90	2,40	14,40	91
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,40	9,80	47
Итого за прием пищи:			520	12,70	12,80	77,00	481
Обед							
2008	56	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	2,30	4,90	4,50	70
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3,50	2,30	13,40	89
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	90	11,20	3,00	3,20	131
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,80	20,40	137
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,10	20,50	83
Итого за прием пищи:			760	25,90	16,60	101,70	707
Всего за день:				38,60	29,40	178,70	1 189

Зав.производством:

Калькулятор:

Александр