

"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

Александровский "24" октября 2022 г

| 1 день | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2011 | 183 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180/5 | 8,00 | 11,40 | 31,00 | 259,90 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/20 | 5,20 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,10 | 14,60 | 58,40 |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 100 | 2,80 | 2,50 | 11,00 | 80,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 500 | 16,20 | 19,00 | 67,30 | 506,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 / 2011 | 41 / 70 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28,02 / ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ с 01.03 | 60 | 0,70 | 3,10 | 5,70 | 54,00 |
| 2012 | 72 | ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/5 | 1,70 | 4,60 | 6,00 | 72,40 |
| 2008 | 299 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СЕРДЦЕМ | 240 | 19,90 | 18,70 | 41,70 | 402,80 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 2,60 | 0,40 | 18,50 | 88,40 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,10 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2008 | 439 | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,10 | 0,00 | 24,10 | 97,20 |
| Итого за прием пищи: | | | 765 | 28,10 | 27,90 | 117,20 | 822,00 |
| Всего за день: | | | | 44,30 | 46,90 | 184,50 | 1 328,40 |

Зав.производством:
Калькулятор: