

"Согласовано"

Директор ГБОУ



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

Вьюричек

"18" сентября 2022 г

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
7 день							
Завтрак							
			150	11,0	13,3	13,9	166,0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	40	1,2	0,1	10,8	85,0
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	200	0,1	0,0	10,0	40,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	100	2,0	2,5	23,0	127
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	510	15,8	16,5	68,0	470,6
Итого за прием пищи:							
Обед							
			60	4,0	3,5	5,3	45
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	200/10	3,1	3,9	11,9	78,0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	90	11,8	11,5	16,6	191
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНые ИЗ ПТИЦЫ	150	3,7	4,6	38,5	209,0
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	0,0	0,0	8,7	118,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	30	2,0	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	740	26,1	24,4	104,0	754,6
Итого за прием пищи:							
				41,9	40,9	172,0	1 225,2
Всего за день:							

Зав.производством:
Калькулятор:

С