


Ежедневное меню рационов питания (завтрак-1, завтрак-2, обед, полдник, ужин-1, ужин-2) для обеспечения льготным питанием воспитанников в возрасте от 7 до 11 лет ГБОУ школы-интерната №20 Петроградского района г. Санкт-Петербурга

" 23 " января 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	24,9	109,2
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,2	5,5	25,4	173,9
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,4	11,0	77,6
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2.5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>510</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>94,6</b>	<b>540,1</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	4,7	12,2	15,5	189,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,2	25,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>230</b>	<b>4,8</b>	<b>12,2</b>	<b>21,7</b>	<b>214,8</b>
<b>Обед</b>							
2008/к/к	411/к/к	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	80	1,0	4,0	8,5	74,8
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	1,7	1,2	13,8	72,8
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	90	11,6	4,9	13,1	140,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	143,9
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	6,8	27,1
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>750</b>	<b>21,0</b>	<b>16,1</b>	<b>86,6</b>	<b>573,1</b>
<b>Полдник</b>							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	130/20	20,2	17,9	27,9	366,7
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>450</b>	<b>21,6</b>	<b>18,4</b>	<b>58,4</b>	<b>499,7</b>
<b>Ужин</b>							
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	100	0,7	0,1	1,9	12,0
2008	269	СВИНИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ И ЯБЛОКАМИ	240	18,0	40,6	11,7	487,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,2	25,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	50	3,3	0,4	21,2	102,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>600</b>	<b>24,4</b>	<b>42,0</b>	<b>56,4</b>	<b>705,1</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72,0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,5	80,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>3,7</b>	<b>22,1</b>	<b>152,9</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>91,9</b>	<b>104,0</b>	<b>339,8</b>	<b>2 685,7</b>

Зав.производством: 

Калькулятор:

СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школы-интернат №20



Ежедневное меню рационов питания (завтрак-1, завтрак-2, обед, полдник, ужин-1, ужин-2) для обеспечения льготным питанием воспитанников в возрасте от 12 до 18 лет ГБОУ школы-интерната №20 Петроградского района г. Санкт-Петербурга

" 23 " января 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,6	0,6	24,9	109,2
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,1	9,0	34,0	245,9
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,0	4,2	14,1	114,1
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>17,2</b>	<b>16,9</b>	<b>106,3</b>	<b>648,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	6,8	14,4	14,8	216,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>260</b>	<b>7,0</b>	<b>14,4</b>	<b>21,9</b>	<b>245,0</b>
<b>Обед</b>							
2008	41/к/к	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	100	1,2	5,1	10,7	93,5
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И КУРОЙ	250/10	2,1	1,6	17,0	91,1
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	13,1	5,3	14,5	156,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,6	172,9
2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	180	0,0	0,0	6,8	27,1
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>870</b>	<b>23,7</b>	<b>19,1</b>	<b>97,6</b>	<b>654,7</b>
<b>Полдник</b>							
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/25	22,9	18,2	42,8	430,9
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
к/к	к/к	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>465</b>	<b>24,3</b>	<b>18,7</b>	<b>73,3</b>	<b>563,9</b>
<b>Ужин</b>							
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	100	0,7	0,1	1,9	12,0
2008	269	СВИНИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ И ЯБЛОКАМИ	280	21,1	47,5	13,5	569,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	70	5,3	2,0	36,0	183,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	95	6,3	0,8	40,3	193,8
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>745</b>	<b>33,6</b>	<b>50,4</b>	<b>98,8</b>	<b>987,5</b>
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72,0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	1,9	14,5	80,9
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>3,7</b>	<b>22,1</b>	<b>152,9</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>112,7</b>	<b>123,2</b>	<b>420,0</b>	<b>3 252,6</b>

Зав.производством: \_\_\_\_\_  
 Калькулятор: \_\_\_\_\_

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ




**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, 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**

" 23 " *января* 2024 г

**2 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	80/20	10,80	9,60	26,40	216,50
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	160	4,50	4,00	17,60	128,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>610</b>	<b>23,00</b>	<b>20,10</b>	<b>92,60</b>	<b>635,30</b>
<b>Обед</b>							
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,70	0,10	1,90	12,00
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	250	4,50	5,50	17,20	145,20
2017	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	12,80	11,70	10,60	209,70
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,80	38,90	226,00
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,20	0,20	10,70	44,90
ТТК	1	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1030</b>	<b>32,00</b>	<b>25,40</b>	<b>138,60</b>	<b>924,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>55,00</b>	<b>45,50</b>	<b>231,20</b>	<b>1 559,90</b>

Зав.производством:   
 Калькулятор:

"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**

" 23 " января 2024 г

2 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/15	9,40	8,30	21,70	194,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			565	19,80	18,00	76,20	552,00
<b>Обед</b>							
2017	71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,40	0,10	1,10	7,20
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	200	2,40	4,30	13,20	118,70
2017	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11,50	10,50	9,50	188,60
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	32,40	188,30
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
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,10	0,10	9,60	40,40
ТТК	1	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			860	25,80	21,60	115,80	785,80
Всего за день:				45,60	39,60	192,00	1 337,80

Зав. производством: 

Калькулятор: