

СОГЛАСОВАНО
Директор ГБОУ школа-интернат №20

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

" 24 " января 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день							
Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,4	5,1	12,9	120,1
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,9	6,4	19,7	157,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,8	2,4	16,7	104,3
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:			515	16,4	14,7	67,1	472,0
II Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,6	8,9	10,4	127,2
к/к	к/к	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	50	3,8	5,2	1,9	69,3
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,7	2,2	10,5	73,2
Итого за прием пищи:			260	8,1	16,3	22,8	269,7
Обед							
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	80	1,4	12,2	10,3	157,0
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,3	4,0	8,1	76,0
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	90	12,3	14,2	10,0	216,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	203,5
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	15,2	76,7
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
Итого за прием пищи:			755	24,5	36,3	101,5	843,5
Полдник							
к/к	к/к	ГАМБУРГЕР С МЯСНОЙ КОТЛЕТОЙ	40/40	9,5	6,1	27,6	202,0
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ИЗЮМА	180	0,5	0,1	23,1	95,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
Итого за прием пищи:			460	11,0	6,4	70,9	383,7
Ужин							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	1,6	5,1	8,2	87,7
2008	230	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	90	13,9	8,2	2,8	139,6
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,6	8,5	38,0	243,8
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
Итого за прием пищи:			605	24,8	23,1	91,8	676,7
Ужин 2							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,5	4,8	9,1	101,7
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			200	7,0	5,4	19,4	154,1
Всего за день:				91,8	102,2	373,5	2 799,7

Зав.производством:

Калькулятор:

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

" 24 " *сентябрь* 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
3 день							
Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,4	5,1	12,9	120,1
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,5	9,7	25,6	217,2
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,8	2,4	16,7	104,3
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:			560	18,0	18,0	73,0	532,0
II Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/25	2,0	9,0	13,0	140,3
к/к	к/к	ОМЛЕТ С ОВОЦАМИ	50	3,8	5,2	1,9	69,3
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	3,1	2,5	12,0	83,0
Итого за прием пищи:			285	8,9	16,7	26,9	292,6
Обед							
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,7	15,3	12,9	196,4
2008	75	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,5	4,8	10,0	92,7
2008	280	РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	100	13,8	15,7	11,1	240,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,8	244,3
к/к	к/к	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,3	15,2	76,7
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
Итого за прием пищи:			865	27,6	42,7	114,0	964,0
Полдник							
к/к	к/к	ГАМБУРГЕР С МЯСНОЙ КОТЛЕТОЙ	50/50	12,0	7,6	34,4	252,3
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ИЗЮМА	200	0,5	0,1	27,7	114,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
Итого за прием пищи:			500	13,5	7,9	82,3	452,4
Ужин							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,6	5,1	8,2	87,7
2008	230	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	120	18,5	10,9	3,5	185,9
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,4	9,5	45,7	285,3
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	90	6,0	0,8	38,2	183,6
Итого за прием пищи:			765	36,0	28,3	138,7	954,9
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	180	5,4	0,2	7,2	55,8
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8
Итого за прием пищи:			200	6,0	0,9	22,7	126,6
Всего за день:				110,0	114,5	457,6	3 322,5

Зав. производством: *[подпись]*

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

" 24 " января 2024 г

3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	200	5,60	8,90	35,10	257,10
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			580	19,70	19,90	91,70	646,30
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,40	4,70	10,90	106,20
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	280	19,60	16,70	44,10	379,70
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
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			930	32,10	28,30	145,20	948,90
Всего за день:				51,80	48,20	236,90	1 595,20

Зав. производством: 

Калькулятор:



Директор ГБОУ

"Согласовано"

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

" 24 " января 2024 г

3 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	4,20	6,60	26,30	192,80
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			510	16,80	17,00	72,30	528,40
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	3,10	4,90	52,30
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200	1,40	4,60	9,00	82,10
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	240	16,80	16,00	37,70	325,50
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
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,50	0,00	29,70	122,40
Итого за прием пищи:			760	25,30	25,20	121,00	777,90
Всего за день:				42,10	42,20	193,30	1 306,30

Зав. производством:

Калькулятор: