

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

" 26 " января 2024 г.

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| 5 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 5,3 | 5,2 | 25,0 | 168,7 |
| к/к | к/к | ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ | 50 | 3,8 | 5,2 | 1,9 | 69,3 |
| 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 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 520 | 14,4 | 13,6 | 56,3 | 411,0 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| Итого за прием пищи: | | | 230 | 4,8 | 12,2 | 21,7 | 214,8 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 40/к/к | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03 | 80 | 1,3 | 4,1 | 6,6 | 70,2 |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ | 200 | 1,9 | 1,8 | 12,4 | 73,6 |
| 1996 | 394 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ | 200 | 11,1 | 25,8 | 22,2 | 366,0 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С | 180 | 0,1 | 0,1 | 10,2 | 43,5 |
| 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: | | | 710 | 17,9 | 32,7 | 74,4 | 666,9 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 50 | 6,6 | 4,9 | 23,2 | 144,4 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| к/к | к/к | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 350 | 8,0 | 5,5 | 53,2 | 277,4 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | 59 | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 100 | 9,2 | 19,1 | 6,2 | 233,3 |
| 2008 | 314 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 90 | 14,8 | 17,3 | 14,5 | 271,4 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 150/5 | 8,4 | 10,2 | 38,2 | 278,7 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ | 180 | 2,7 | 2,2 | 10,5 | 73,2 |
| к/к | к/к | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 78,6 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 45 | 3,0 | 0,4 | 19,1 | 91,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 40,4 | 50,1 | 103,9 | 1 027,0 |
| 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: | | | | 92,5 | 119,5 | 328,9 | 2 751,2 |

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

" 26 " сентября 2024 г.

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| 5 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 7,2 | 8,5 | 33,3 | 238,7 |
| к/к | к/к | ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ | 50 | 3,8 | 5,2 | 1,9 | 69,3 |
| 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 | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,9 | 0,2 | 8,1 | 43,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 570 | 18,4 | 18,7 | 67,7 | 517,5 |
| II Завтрак | | | | | | | |
| 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 |
| к/к | к/к | ЙОГУРТ ЖИРН.2,5% | 100 | 2,0 | 2,5 | 23,0 | 127,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 9,0 | 16,9 | 44,9 | 372,0 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 40/к/к | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03 | 100 | 1,6 | 5,1 | 8,2 | 87,7 |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ | 250/10 | 2,3 | 2,3 | 15,4 | 91,9 |
| 1996 | 394 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ | 250 | 13,9 | 32,3 | 27,7 | 457,5 |
| 2008 | 394 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С | 180 | 0,1 | 0,1 | 10,2 | 43,5 |
| 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: | | | 840 | 21,4 | 40,7 | 84,5 | 794,2 |
| Полдник | | | | | | | |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | 8,1 | 5,8 | 28,1 | 173,0 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА | 200 | 0,7 | 0,3 | 16,2 | 82,2 |
| 2008 | 442 | СОК ФРУКТОВЫЙ | 200 | 1,0 | 0,2 | 20,2 | 86,0 |
| к/к | к/к | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 560 | 10,2 | 6,7 | 74,3 | 388,2 |
| Ужин | | | | | | | |
| 2008 | 59 | СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 100 | 9,5 | 19,5 | 6,2 | 237,7 |
| 2008 | 314 | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ | 100 | 16,6 | 19,1 | 16,2 | 301,3 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 180/5 | 10,1 | 11,5 | 45,9 | 327,3 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ | 200 | 3,1 | 2,5 | 12,0 | 83,0 |
| 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: | | | 745 | 50,6 | 55,4 | 154,5 | 1 316,3 |
| Ужин 2 | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 180 | 5,4 | 1,8 | 7,6 | 72,0 |
| к/к | к/к | ВАФЛИ | 20 | 0,6 | 0,7 | 15,5 | 70,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 6,0 | 2,5 | 23,1 | 142,8 |
| Всего за день: | | | | 115,6 | 140,9 | 449,0 | 3 531,0 |

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

" 26 " января 2024 г

5 день

| Сборник рецептур | № 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 | 130 | 4,00 | 5,40 | 14,30 | 128,00 |
| 2016 | 229 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 80 | 7,90 | 9,50 | 1,50 | 123,70 |
| 2022 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 15/20 | 1,60 | 0,60 | 19,60 | 89,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| 2021 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК | 1 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 19,70 | 18,70 | 78,80 | 576,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 100 | 1,60 | 10,10 | 13,40 | 136,20 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 250 | 5,40 | 2,30 | 16,10 | 104,60 |
| 2021 | 376 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 280 | 15,40 | 13,10 | 19,60 | 236,80 |
| 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 АБРИКОСОВЫЙ | 200 | 1,00 | 0,00 | 25,40 | 110,00 |
| 2022 | 287 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | 4,10 | 4,10 | 23,80 | 121,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 990 | 34,40 | 31,40 | 147,30 | 949,30 |
| Всего за день: | | | | 54,10 | 50,10 | 226,10 | 1 525,70 |

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

" 26 " сентября 2024 г

| 5 день | | | | | | | |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № 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 | 130 | 4,00 | 5,40 | 14,30 | 128,00 |
| 2016 | 229 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 6,90 | 8,30 | 1,30 | 108,30 |
| 2022 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 15/20 | 1,60 | 0,60 | 19,60 | 89,60 |
| 2021 | 576 | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| 2021 | 465 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК | 1 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 535 | 17,20 | 16,90 | 68,00 | 507,40 |
| Обед | | | | | | | |
| 2008 | 50 | САЛАТ "СВЕКОЛКА" | 60 | 0,90 | 6,10 | 8,10 | 85,30 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ | 200 | 5,00 | 1,90 | 12,40 | 95,60 |
| 2021 | 376 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 240 | 13,20 | 11,20 | 16,80 | 203,00 |
| 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 АБРИКОСОВЫЙ | 180 | 0,90 | 0,00 | 22,90 | 99,00 |
| 2022 | 287 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 60 | 4,10 | 4,10 | 23,80 | 121,90 |
| Итого за прием пищи: | | | 820 | 29,70 | 24,80 | 123,70 | 800,40 |
| Всего за день: | | | | 46,90 | 41,70 | 191,70 | 1 307,80 |

Зав. производством:

Калькулятор: