

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

" 01 " февраль 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
9 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,3	5,2	25,0	168,7
2010	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	7,0	5,6	7,0	107,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,1	0,0	7,3	30,3
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:			525	14,7	11,6	57,1	397,3
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ ГОВЯЖИМ ЯЗЫКОМ	20/30	7,4	4,9	14,9	133,2
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,7	2,2	10,5	73,2
Итого за прием пищи:			230	10,1	7,1	25,4	206,4
Обед							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	80	0,7	4,1	2,1	49,3
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,3	7,7	10,5	134,6
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	90	11,4	6,0	15,3	161,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,1	21,4	143,9
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:			765	24,2	23,9	82,5	646,7
Полдник							
2008	444	ОЛАДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	50	3,0	6,2	18,8	143,5
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,2	0,1	19,2	83,1
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:			530	4,6	6,9	68,0	359,6
Ужин							
2008	7	БУТЕРБРОД С ФОРЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/5/30	7,2	6,9	15,4	152,8
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	35	0,4	0,1	1,3	7,7
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ	240/15	24,7	25,8	19,0	415,7
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	38,0	34,1	78,5	781,8
Ужин 2							
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
Итого за прием пищи:			200	6,9	3,7	22,1	152,9
Всего за день:				98,5	87,3	333,6	2 544,7

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

" 01 " февраля 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
9 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,2	8,5	33,3	238,7
2010	240	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	50	7,0	5,6	7,0	107,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,2	0,0	7,3	30,6
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:			575	16,7	14,9	65,4	467,6
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ ГОВЯЖИМ ЯЗЫКОМ	30/30	10,2	6,9	14,9	161,8
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	3,1	2,5	12,0	83,0
Итого за прием пищи:			260	13,3	9,4	26,9	244,8
Обед							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	0,8	5,1	2,6	61,7
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	5,9	8,0	12,8	151,4
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	100	12,7	6,9	16,8	179,1
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,8	6,2	25,6	172,9
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	10,2	43,5
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,0	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:			875	26,8	27,2	91,0	722,2
Полдник							
2008	444	ОЛАДЬИ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	60	3,6	7,5	22,6	172,1
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	6,8	27,1
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	5,0	8,1	59,4	332,2
Ужин							
2008	7	БУТЕРБРОД С ФОРЕЛЮЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10/30	12,1	13,0	15,5	227,0
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	20	0,2	0,0	0,8	4,4
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНОЙ	280/25	29,2	31,5	22,6	500,1
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	53,0	47,3	120,2	1 127,5
Ужин 2							
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
Итого за прием пищи:			200	6,9	3,7	22,1	152,9
Всего за день:				121,7	110,6	385,0	3 047,2

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

" 01 " февраля 2024 г

10 день

Сборник рецептов	№ 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
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
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:			550	21,00	18,20	84,10	579,60
Обед							
2017	70	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	250	3,40	6,00	9,80	118,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	2,90	5,60	22,80	152,00
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
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,70	76,20
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			1010	37,70	30,30	133,90	909,60
Всего за день:				58,70	48,50	218,00	1 489,20

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

" 08 " февраля 2024 г

9 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
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
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:			515	18,10	16,30	68,80	504,30
Обед							
2017	70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,50	0,10	1,00	6,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	2,90	5,60	7,80	105,20
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	14,00	5,90	2,10	126,60
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,40	4,70	19,00	126,40
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
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	16,80	68,50
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			820	30,20	21,90	110,20	750,20
Всего за день:				48,30	38,20	179,00	1 254,50

Зав.производством: 

Калькулятор: