




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

" 30 " января 2024 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							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	13,3	20,5	2,4	246,3
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	2,5	15,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
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
Итого за прием пищи:			500	18,2	23,7	45,3	470,2
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	20/30	6,0	4,1	15,4	122,2
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	2,7	2,2	10,5	73,2
Итого за прием пищи:			230	8,7	6,3	25,9	195,4
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	80	1,2	4,1	7,5	72,0
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/10	3,7	1,7	15,7	92,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,8	17,3	14,5	271,4
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,6	4,5	38,0	207,5
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
Итого за прием пищи:			760	26,8	28,5	105,5	784,1
Полдник							
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,6	3,7	25,9	163,0
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
Итого за прием пищи:			350	8,0	4,2	56,4	296,0
Ужин							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	2,7	5,1	2,6	66,8
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	15,0	14,0	14,4	242,9
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	180	3,5	7,7	16,0	148,1
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,1	0,0	6,4	26,6
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:			635	26,9	28,1	76,0	665,0
Ужин 2							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,5	4,8	9,1	101,7
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8
Итого за прием пищи:			200	6,1	5,5	24,6	172,5
Всего за день:				94,7	96,3	333,7	2 583,2

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

" 30 " *января* 2024 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							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	13,3	20,5	2,4	246,3
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	90	2,7	0,2	5,7	34,9
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
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
Итого за прием пищи:			550	19,7	23,8	48,5	489,6
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	30/30	11,2	8,6	15,4	183,2
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	200	3,1	2,5	12,0	83,0
Итого за прием пищи:			260	14,3	11,1	27,4	266,2
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	100	1,5	5,1	9,3	89,9
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/10	4,2	2,1	19,4	113,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНые ИЗ ПТИЦЫ	100	16,5	19,1	16,2	301,3
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,4	5,5	45,7	249,0
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
Итого за прием пищи:			870	30,2	32,7	120,4	894,4
Полдник							
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,6	3,7	25,9	163,0
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	23,0	109,6
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
Итого за прием пищи:			550	8,7	4,5	79,4	405,6
Ужин							
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕНых ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	100	2,7	5,1	2,6	67,0
2008	272	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	20,0	18,6	19,4	324,0
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНые	180	3,5	7,7	16,0	148,2
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,2	0,0	7,3	30,6
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	37,7	34,2	119,5	936,8
Ужин 2							
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	180	3,6	2,7	5,4	86,4
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8
Итого за прием пищи:			200	4,2	3,4	20,9	157,2
Всего за день:				114,8	109,7	416,1	3 149,8

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

" 30 " января 2024 г

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,50	5,30	23,20	168,60
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
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			550	21,80	17,10	88,00	587,00
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,20	10,20	6,70	122,60
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,10	4,70	8,00	109,40
ТТК	3	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ С СЫРОМ	100	14,20	17,60	4,20	273,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	180	3,10	4,40	17,50	112,50
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
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,10	0,10	15,50	63,20
Итого за прием пищи:			930	28,60	38,80	100,90	920,60
Всего за день:				50,40	55,90	188,90	1 507,60

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

" 30 " января 2024 г

7 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,50	5,30	23,20	168,60
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
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			515	18,90	15,20	72,70	511,70
Обед							
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,70	6,10	4,10	73,60
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	2,60	4,20	6,40	89,90
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,70	9,00	15,40	204,40
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80
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
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90
Итого за прием пищи:			760	23,30	24,60	94,10	714,20
Всего за день:				42,20	39,80	166,80	1 225,90

Зав.производством: 

Калькулятор: