




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

" 31 " января 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день							
Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,6	8,9	10,4	127,2
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	25,1	19,4	37,5	428,4
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:			500	32,0	31,5	77,3	728,6
II Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/25	4,2	3,7	12,9	101,9
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,1	0,0	6,5	27,1
Итого за прием пищи:			260	9,2	8,2	19,7	189,9
Обед							
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	80	1,4	12,2	10,3	157,0
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,0	4,2	13,5	102,4
2008	284/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	90/20	12,0	16,9	13,1	251,7
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	3,0	6,2	13,5	123,3
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,1	19,8	77,3
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:			775	22,0	40,5	93,2	825,3
Полдник							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ ГОВЯЖИМ ЯЗЫКОМ	20/30	7,4	4,9	14,9	133,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,0	1,0	42,0	192,0
Итого за прием пищи:			450	11,4	6,1	77,1	411,2
Ужин							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8,0	10,1	15,2	183,5
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	240	19,3	26,7	40,1	477,6
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	50	3,3	0,4	21,2	102,0
Итого за прием пищи:			600	35,6	40,3	102,4	914,9
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	180	5,4	0,2	7,2	55,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			200	6,9	0,8	17,5	108,2
Всего за день:				117,1	127,4	387,2	3 178,1

Зав. производством: 

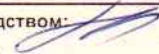
Калькулятор:



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 школа-интерната №20 Петроградского района г. Санкт-Петербурга

" 31 " *января* 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
8 день							
Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/25	2,0	9,0	13,0	140,3
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/35	32,9	25,5	47,1	555,3
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:			550	42,3	39,5	92,6	905,1
II Завтрак							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,4	5,1	12,9	120,1
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,2	0,0	7,3	30,6
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
Итого за прием пищи:			385	12,5	12,1	43,5	338,6
Обед							
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	100	1,7	15,3	12,9	196,4
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,4	5,2	16,7	125,5
2008	284/364	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100/20	13,3	18,6	14,4	277,0
к/к	к/к	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	180	3,5	7,7	16,0	148,2
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,1	19,8	77,3
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:			705	24,5	47,8	102,8	938,0
Полдник							
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМ ГОВЯЖИМ ЯЗЫКОМ	30/30	10,2	6,9	14,9	161,8
к/к	к/к	БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,0	1,0	42,0	192,0
Итого за прием пищи:			460	14,2	8,1	77,1	439,8
Ужин							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8,0	10,1	15,2	184,0
к/к	к/к	ФИЛЕ КУРЫ ЗАПЕЧЕНОЕ С СЫРОМ	100	21,1	25,2	6,3	336,0
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	180	2,9	9,1	17,8	167,8
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:			740	46,4	49,7	125,5	1 137,8
Ужин 2							
2008	435	КЕФИР	180	5,4	0,2	7,2	55,8
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			200	6,9	0,8	17,5	108,2
Всего за день:				161,0	166,1	536,1	4 307,3

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

" 31 " *август* 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 РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,90	9,50	1,50	123,70
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20	6,30	6,40	10,70	126,20
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	160	4,50	4,00	17,60	128,00
Итого за прием пищи:			635	25,00	25,50	76,20	645,90
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,40	2,30	16,10	104,60
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	100	12,70	11,10	14,70	218,60
2016	352/372	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	2,00	5,80	15,70	112,40
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
ТТК	1	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			1030	30,00	26,30	144,20	936,60
Всего за день:				55,00	51,80	220,40	1 582,50

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

" 31 " 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							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/20	3,90	3,50	10,60	89,90
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			585	19,80	20,60	64,20	532,60
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	3,10	4,90	52,30
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,00	1,90	12,40	95,60
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	90	11,50	10,00	13,20	196,70
2016	352/372	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	1,70	4,80	13,10	93,40
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
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,50	0,00	29,70	122,40
ТТК	1	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			860	26,10	21,50	120,50	794,00
Всего за день:				45,90	42,10	184,70	1 326,60

Зав.производством: 

Калькулятор: