



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

" 07 " марта 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 день							
Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/25	2,0	9,0	13,0	140,3
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/35	31,1	21,6	42,3	495,5
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	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
Итого за прием пищи:			555	36,8	33,7	95,9	845,8
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	30/30	11,2	8,6	15,4	183,2
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	200	0,2	0,0	7,5	29,8
Итого за прием пищи:			260	11,4	8,6	22,9	213,0
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	80/30	6,4	10,0	6,8	143,0
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ	250	1,8	4,2	11,0	90,0
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	17,6	26,0	53,4	518,1
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, 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:			840	29,4	41,2	114,0	942,0
Полдник							
2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	6,8	14,4	14,8	216,0
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:			460	10,8	15,6	77,0	494,0
Ужин							
к/к	к/к	ФИЛЕ СЕЛЬДИ С ЯЙЦОМ	60/20	12,5	12,2	0,1	160,9
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,1	0,0	0,4	2,4
2011	250	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	120	18,7	27,0	6,6	355,8
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	3,8	10,2	25,6	209,2
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:			770	46,6	52,2	114,2	1 125,9
Ужин 2							
2008	434	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	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:				142,0	156,7	443,4	3 774,8

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 7 до 11 лет ГБОУ школы-интерната №20 Петроградского района г. Санкт-Петербурга

" 07 " *марта* 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
4 день							
Завтрак							
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,6	8,9	10,4	127,2
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	23,6	16,6	33,8	384,1
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	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
Итого за прием пищи:			505	28,8	28,6	84,8	721,0
II Завтрак							
2008	4	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ	20/30	8,3	6,0	15,4	148,4
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180	0,1	0,0	6,8	26,7
Итого за прием пищи:			230	8,4	6,0	22,2	175,1
Обед							
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ	80/20	4,6	8,2	6,8	119,3
2008	95	СУП ОВОЩНОЙ	200	1,5	3,4	8,9	72,2
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	14,2	20,8	42,7	414,0
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, 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:			730	23,9	33,4	101,2	796,4
Полдник							
2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	4,7	12,2	15,5	189,8
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	8,7	13,4	77,7	467,8
Ужин							
к/к	к/к	ФИЛЕ СЕЛЬДИ С ЯЙЦОМ	80/20	15,9	15,5	0,1	204,3
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,1	0,0	0,4	2,4
2011	250	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	15,6	22,5	5,4	296,5
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	3,8	10,2	25,6	209,2
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	45	3,0	0,4	19,1	91,8
Итого за прием пищи:			665	40,8	49,5	72,4	909,4
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:				117,5	131,7	375,8	3 177,9

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

" 07 " марта 2024 г

4 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 ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,60	4,70	20,80	141,00
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
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:			615	23,10	19,40	92,90	621,60
Обед							
2016	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,80	5,20	7,50	81,90
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250	2,00	4,20	15,30	95,20
2017	260	ГУЛЯШ	100	9,70	20,40	2,50	174,40
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180	3,60	5,80	34,10	220,70
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
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	22,80	95,10
Итого за прием пищи:			930	24,00	37,50	131,20	907,10
Всего за день:				47,10	56,90	224,10	1 528,70

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

" 07 " марта 2024 г

4 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 ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,60	4,70	20,80	141,00
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
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:			570	19,90	17,30	76,50	538,30
Обед							
2016	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,50	3,10	4,50	49,10
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200	1,60	3,00	12,30	82,30
2017	260	ГУЛЯШ	90	8,70	18,40	2,30	157,00
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
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
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,10	20,50	85,50
Итого за прием пищи:			760	20,30	31,00	107,70	753,70
Всего за день:				40,20	48,30	184,20	1 292,00

Зав. производством: _____

Калькулятор: _____