

СОГЛАСОВАНО  
 Директор ГБОУ школа-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**

" 11 " марта 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,4	5,1	12,9	120,1
2011	183	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,6	10,2	30,7	249,0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,3	3,7	19,0	130,5
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>560</b>	<b>21,2</b>	<b>20,0</b>	<b>82,7</b>	<b>599,0</b>
<b>II Завтрак</b>							
2008	7	БУТЕРБРОД С ФОРЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	40/10/30	12,1	13,0	15,5	227,0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,2	0,0	7,3	30,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>285</b>	<b>12,3</b>	<b>13,0</b>	<b>22,8</b>	<b>257,6</b>
<b>Обед</b>							
2008/2011	51/52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ С 01.03	100	1,3	10,1	7,3	126,8
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,2	5,9	13,6	118,5
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	100/20	25,5	10,9	5,4	253,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,5	5,7	41,8	244,3
2008	439	НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА ЧЕРНОСМОРОДИНОВОГО	180	0,1	0,0	19,5	76,7
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>905</b>	<b>40,6</b>	<b>35,5</b>	<b>125,5</b>	<b>1 016,8</b>
<b>Полдник</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	135/20	25,7	17,5	30,9	390,1
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ИЗЮМА	200	0,5	0,1	27,7	114,1
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>555</b>	<b>27,2</b>	<b>17,8</b>	<b>78,8</b>	<b>590,2</b>
<b>Ужин</b>							
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	100	1,1	0,2	3,8	22,0
к/к	к/к	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	120/15	23,5	9,3	7,3	204,9
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	4,0	5,2	22,9	155,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	80	6,0	2,3	41,1	209,6
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	90	6,0	0,8	38,2	183,6
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>705</b>	<b>40,8</b>	<b>17,8</b>	<b>120,4</b>	<b>804,3</b>
<b>Ужин 2</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>7,0</b>	<b>5,4</b>	<b>19,4</b>	<b>154,1</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>149,1</b>	<b>109,5</b>	<b>449,6</b>	<b>3 422,0</b>

Зав.производством: 

Калькулятор:

СОГЛАСОВАНО  
Директор ГБОУ школа-интернат №20



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

" 11 " марта 2024 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/25	5,4	5,1	12,9	120,1
2011	183	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,4	6,4	23,1	176,3
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	5,3	3,7	19,0	130,5
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:			510	19,0	16,2	75,1	526,3
<b>II Завтрак</b>							
2008	7	БУТЕРБРОД С ФОРЕЛЬЮ И МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	20/5/30	7,2	6,9	15,4	152,8
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,1	0,0	6,5	27,1
Итого за прием пищи:			240	7,3	6,9	21,9	179,9
<b>Обед</b>							
2008/2011	51/52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /САПАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ С 01.03	80	1,1	8,1	5,9	101,3
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,8	4,9	11,0	96,6
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	90/20	23,1	10,1	5,0	229,7
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,4	4,7	34,9	203,5
2008	439	НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА ЧЕРНОСМОРОДИНОВОГО	180	0,1	0,0	19,5	76,7
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4
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:			795	36,5	30,7	114,2	904,8
<b>Полдник</b>							
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/10	22,2	15,0	23,2	321,9
к/к	к/к	КИСЕЛЬ ИЗ ИЗЮМА	180	0,5	0,1	23,1	95,7
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
Итого за прием пищи:			510	23,7	15,3	66,5	503,6
<b>Ужин</b>							
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	100	1,1	0,2	3,8	22,0
к/к	к/к	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ	85/10	16,5	6,4	4,3	140,3
2008	124	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	180	4,0	5,2	22,9	155,2
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	55	3,6	0,5	23,3	112,2
Итого за прием пищи:			640	27,6	13,2	75,9	533,3
<b>Ужин 2</b>							
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72,0
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:			200	6,9	2,4	17,9	124,4
Всего за день:				121,0	84,7	371,5	2 772,3

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**

" 11 " марта 2024 г

**7 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	5,90	6,90	25,50	195,60
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,60	8,80	10,70	128,40
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	160	4,50	4,00	17,60	128,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>610</b>	<b>18,70</b>	<b>23,30</b>	<b>87,40</b>	<b>647,20</b>
<b>Обед</b>							
ТТК	14	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	138,20
2016	60/123	БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ	250	4,60	2,80	9,40	84,60
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	18,90	21,80	22,30	377,30
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 ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>930</b>	<b>36,80</b>	<b>35,60</b>	<b>106,90</b>	<b>931,90</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>55,50</b>	<b>58,90</b>	<b>194,30</b>	<b>1 579,10</b>

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**

" 11 " марта 2024 г

6 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,50	5,20	19,10	146,70
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
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>530</b>	<b>17,80</b>	<b>15,50</b>	<b>69,20</b>	<b>498,20</b>
<b>Обед</b>							
ТТК	14	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	80	4,30	7,20	4,80	110,40
2016	60/123	БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ	200	3,90	2,30	9,30	74,90
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	16,20	18,70	19,10	323,40
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 ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,20	18,20	82,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>30,90</b>	<b>29,90</b>	<b>91,10</b>	<b>787,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,70</b>	<b>45,40</b>	<b>160,30</b>	<b>1 285,30</b>

Зав.производством:

Калькулятор: