

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

"13" 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>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>42,3</b>	<b>39,5</b>	<b>92,6</b>	<b>905,1</b>
<b>II Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>385</b>	<b>12,5</b>	<b>12,1</b>	<b>43,5</b>	<b>338,6</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>705</b>	<b>24,5</b>	<b>47,8</b>	<b>102,8</b>	<b>938,0</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>460</b>	<b>14,2</b>	<b>8,1</b>	<b>77,1</b>	<b>439,8</b>
<b>Ужин</b>							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8,0	10,1	15,2	184,0
к/к	к/к	ФИЛЕ КУРЫ ЗАПЕЧЕННОЕ 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>740</b>	<b>46,4</b>	<b>49,7</b>	<b>125,5</b>	<b>1 137,8</b>
<b>Ужин 2</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>0,8</b>	<b>17,5</b>	<b>108,2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>161,0</b>	<b>166,1</b>	<b>536,1</b>	<b>4 307,3</b>

Зав.производством: *[подпись]*

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

" 13 " марта 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>500</b>	<b>32,0</b>	<b>31,5</b>	<b>77,3</b>	<b>728,6</b>
<b>II Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>260</b>	<b>9,2</b>	<b>8,2</b>	<b>19,7</b>	<b>189,9</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>775</b>	<b>22,0</b>	<b>40,5</b>	<b>93,2</b>	<b>825,3</b>
<b>Полдник</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>450</b>	<b>11,4</b>	<b>6,1</b>	<b>77,1</b>	<b>411,2</b>
<b>Ужин</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>600</b>	<b>35,6</b>	<b>40,3</b>	<b>102,4</b>	<b>914,9</b>
<b>Ужин 2</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>200</b>	<b>6,9</b>	<b>0,8</b>	<b>17,5</b>	<b>108,2</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>117,1</b>	<b>127,4</b>	<b>387,2</b>	<b>3 178,1</b>

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**

" 13 " марта 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	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>635</b>	<b>25,00</b>	<b>25,50</b>	<b>76,20</b>	<b>645,90</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1030</b>	<b>30,00</b>	<b>26,30</b>	<b>144,20</b>	<b>936,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>55,00</b>	<b>51,80</b>	<b>220,40</b>	<b>1 582,50</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**

" 13 " марта 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	
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>585</b>	<b>19,80</b>	<b>20,60</b>	<b>64,20</b>	<b>532,60</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>26,10</b>	<b>21,50</b>	<b>120,50</b>	<b>794,00</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>45,90</b>	<b>42,10</b>	<b>184,70</b>	<b>1 326,60</b>

Зав.производством:

Калькулятор: