



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

" 19 " *апрель* 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	

5 день

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,3	5,2	25,0	168,7
к/к	к/к	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	50	3,8	5,2	1,9	69,3
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:			520	14,4	13,6	56,3	411,0

II Завтрак

2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	50	4,7	12,2	15,5	189,8
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	6,2	25,0
Итого за прием пищи:			230	4,8	12,2	21,7	214,8

Обед

2008	40/к/к	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	80	1,3	4,1	6,6	70,2
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	1,9	1,8	12,4	73,6
1996	394	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	200	11,1	25,8	22,2	366,0
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	10,2	43,5
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:			710	17,9	32,7	74,4	666,9

Полдник

2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,6	4,9	23,2	144,4
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:			350	8,0	5,5	53,2	277,4

Ужин

2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	9,2	19,1	6,2	233,3
2008	314	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	14,8	17,3	14,5	271,4
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150/5	8,4	10,2	38,2	278,7
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	45	3,0	0,4	19,1	91,8
Итого за прием пищи:			600	40,4	50,1	103,9	1 027,0

Ужин 2

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
Итого за прием пищи:			200	7,0	5,4	19,4	154,1
Всего за день:				92,5	119,5	328,9	2 751,2

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 12 до 18 лет ГБОУ школы-интерната №20 Петроградского района г. Санкт-Петербурга

" 19 " *апрель* 2024 г.

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
5 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,2	8,5	33,3	238,7
к/к	к/к	ОМЛЕТ С ОВОЩАМИ	50	3,8	5,2	1,9	69,3
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:			570	18,4	18,7	67,7	517,5
II Завтрак							
2008	9	ЗАКРЫТЫЙ БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	6,8	14,4	14,8	216,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,0	7,1	29,0
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127,0
Итого за прием пищи:			360	9,0	16,9	44,9	372,0
Обед							
2008	40/к/к	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03	100	1,6	5,1	8,2	87,7
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ	250/10	2,3	2,3	15,4	91,9
1996	394	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	250	13,9	32,3	27,7	457,5
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	180	0,1	0,1	10,2	43,5
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	21,4	40,7	84,5	794,2
Полдник							
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,1	5,8	28,1	173,0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,7	0,3	16,2	82,2
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,0	0,2	20,2	86,0
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47,0
Итого за прием пищи:			560	10,2	6,7	74,3	388,2
Ужин							
2008	59	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	9,5	19,5	6,2	237,7
2008	314	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,6	19,1	16,2	301,3
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180/5	10,1	11,5	45,9	327,3
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:			745	50,6	55,4	154,5	1 316,3
Ужин 2							
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,4	1,8	7,6	72,0
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0,6	0,7	15,5	70,8
Итого за прием пищи:			200	6,0	2,5	23,1	142,8
Всего за день:				115,6	140,9	449,0	3 531,0

Зав.производством: *[подпись]*
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

" 19 " апреля 2024 г

5 день							
Сборник рецептов	№ 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	128,00
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
2022	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,60	0,60	19,60	89,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			535	17,20	16,90	68,00	507,40
Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	6,10	8,10	85,30
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,00	1,90	12,40	95,60
2021	376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	13,20	11,20	16,80	203,00
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 АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,90	99,00
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			820	29,70	24,80	123,70	800,40
Всего за день:				46,90	41,70	191,70	1 307,80

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

" 19 " апреля 2024 г

5 день

Сборник рецептов	№ 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	128,00
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,90	9,50	1,50	123,70
2022	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,60	0,60	19,60	89,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			565	19,70	18,70	78,80	576,40
Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,60	10,10	13,40	136,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,40	2,30	16,10	104,60
2021	376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	15,40	13,10	19,60	236,80
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 АБРИКОСОВЫЙ	200	1,00	0,00	25,40	110,00
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			990	34,40	31,40	147,30	949,30
Всего за день:				54,10	50,10	226,10	1 525,70

Зав.производством: 

Калькулятор: