



05 октября 2021г.

1 – 4 классы

(7 день Циклического двухнедельного сбалансированного меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 173 руб. (завтрак – 63 руб, обед – 110 руб.) 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 (для сырьевых столовых)

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	11	13,3	13,9	166
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	10,8	85
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0	10	40,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%	100	2	2,5	23	127
Итого за прием пищи:			510	15,8	16,5	68	470,6
Итого за прием пищи:			510	16,8	15,9	83,8	507,3
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	4	3,5	5,3	45
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/10	3,1	3,9	11,9	78
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,8	11,5	16,6	191
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,7	4,6	38,5	209
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0	0	8,7	118
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2	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:			740	26,1	24,4	104	754,6
Всего за день:				41,9	40,9	172	1 225,20

5 – 11 классы

(8 день Циклического двухнедельного сбалансированного меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 173,00 руб. 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 (для сырьевых столовых)

Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	5,6	5,1	6,9	75
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/10	3,7	4,8	19,4	103,5
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,2	12,8	18,4	212
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	180	4,4	5,5	46,2	230,8
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0	0	8,7	118
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2	0,3	12,7	61,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,8	0,4	29,8	97
Итого за прием пищи:			970	31,2	29,5	152,4	949,9
Всего за день:				31,2	29,5	152,4	949,9