



21 января 2023г.

**5 – 11 классы**

*(12 день Циклического двухнедельного сбалансированного меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 242,20 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))*

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2008/2011	30/71/1	САЛАТ «СТЕПНОЙ» ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3,8	10,2	7,8	137
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	5,7	5,6	7,2	94
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	100/20	10,9	17,2	16,4	232
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,6	5,5	45,2	247,2
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,3	0	25,7	105
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	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	100	1,2	0,6	44,4	145,5
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>985</b>	<b>30</b>	<b>40</b>	<b>169,7</b>	<b>1074,3</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>30</b>	<b>40</b>	<b>169,7</b>	<b>1074,3</b>