"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

Вторник "20" сентября 2022 г

7 день							
Сборник рецептур	№ 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	11,0	13,3	13,9	166,0
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,2	0,1	10,8	85,0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,1	0,0	10,0	40,2
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
к/к	к/к	ЙОГУРТ ЖИРН.2,5%	100	2,0	2,5	23,0	127
Итого за прием пищи:			**510**	**15,8**	**16,5**	**68,0**	**470,6**
Обед							
2008	35/56	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03	60	4,0	3,5	5,3	45
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/10	3,1	3,9	11,9	78,0
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,8	11,5	16,6	191
2008	326	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	3,7	4,6	38,5	209,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,0	0,0	8,7	118,0
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:			**740**	**26,1**	**24,4**	**104,0**	**754,6**
Всего за день:				**41,9**	**40,9**	**172,0**	**1 225,2**

Зав.производством:

Калькулятор: