

"Согласовано"
 Директор ГБОУ



Циклическое двухнедельное сбалансированное 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

Чебышев " 10 ноября 2022 г

4 день							
Сборник рецептур	№ 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 ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6,70	7,60	29,60	223,
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,20	5,00	10,70	108,
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,
Итого за прием пищи:			500	14,90	15,20	65,90	470,
Обед							
2011 / 2008	71 / 48	ПОМИДОР СВЕЖИЙ ДО 30.10 / САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ С 01.11	60	0,10	0,10	2,30	13,
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,80	4,90	13,40	104,
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	9,50	16,90	2,60	226,
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,60	30,90	187,
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,20	0,00	23,10	94
Итого за прием пищи:			765	22,70	28,00	112,00	821
Всего за день:				37,60	43,20	177,90	1 291

Зав.производством:
 Калькулятор: