

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

" 14 " мая 2024 г

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день							
Завтрак							
Бутерброд с яйцом	40	ТК	4	3,9	2,7	8,2	71,9
Запеканка из творога с молоком сгущенным	150/10	2016	239	12,9	15,4	38,2	365,3
Чай с сахаром (1 вариант)	200	2016	420	0,2	0,1	15,0	60,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	15	ТК	1	1,3	0,3	7,0	40,5
Мандарины	100	2016	399	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	515			19,1	18,7	75,9	575,7
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	1,0	3,1	4,6	49,8
Борщ с капустой и картофелем, с птицей и сметаной	200/5/5	2008	76	4,9	6,0	11,3	101,3
Рыба, тушенная с овощами	100	2016	254	9,6	4,8	2,8	92,5
Рис отварной	150	2008	325	3,7	6,3	32,8	203,0
Сок яблочный	200	2016	484	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,8	0,4	18,6	90,0
Вафли обогащенные	20	ТК	5	0,9	5,8	12,6	106,0
Итого за прием пищи:	780			23,9	26,6	102,5	728,6
Всего за день:				43,0	45,3	178,4	1304,3

Зав. столовой: Богорадников Д.С.

Отв. по питанию: Сизова О.В.

Директор ГБОУ



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный 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

" 14" мая 2024 г

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
2 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты	120	2008	40	1,9	6,1	9,2	99,6
Борщ с капустой и картофелем, с птицей и сметаной	250/10/5	2008	76	6,1	8,7	14,1	121,0
Рыба, тушеная с овощами	120	2016	254	11,5	5,0	3,8	111,0
Рис отварной	200	2008	325	4,9	12,3	42,6	278,6
Сок яблочный	200	2016	484	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,8	0,4	18,6	90,0
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	40	ТК	1	3,5	1,0	21,4	108,0
Вафли обогащенные	20	ТК	5	0,9	5,8	12,6	106,0
Мандарины	100	2016	399	0,8	0,2	7,5	38,0
Итого за прием пищи:	1105			33,4	39,7	149,6	1038,2
Всего за день:				33,4	39,7	149,6	1038,2

Зав. столовой: Богорадников Д.С. 

Отв. по питанию: Сизова О.В. 