



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 129,92руб. (завтрак - 47,31руб., обед - 82,61руб.) 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)**

" 24 " сентября 2021 г

| 10 день  |                         |   |              |                  |              |                |                               |
|--|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|----------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур   | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |              |                | Энергетическая ценность, ккал |
|  |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г    |                               |
| <b>Завтрак</b>   |                         |   |              |                  |              |                |                               |
| 2008   | 189                     | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ       | 150          | 4,2              | 7,1          | 12,6           | 113                           |
| 2008   | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                     | 15/25        | 5,6              | 5,2          | 12,9           | 116                           |
| 2008   | 432                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                                      | 200          | 2,3              | 1,2          | 22,4           | 84,8                          |
| 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          | 2,0              | 2,8          | 23,0           | 127                           |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  |                         |   | <b>510</b>   | <b>15,6</b>      | <b>16,9</b>  | <b>81,2</b>    | <b>493,2</b>                  |
| <b>Обед</b>  |                         |   |              |                  |              |                |                               |
| 2011   | 52/209                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 60/20        | 3,1              | 6,7          | 5,8            | 84,0                          |
| 2008   | 99                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ                            | 200          | 4,2              | 3,2          | 11,3           | 87                            |
| к/к  | к/к                     | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ                                 | 90           | 9,3              | 8,1          | 16,0           | 185                           |
| 2008   | 331                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                           | 150          | 5,5              | 4,8          | 31,3           | 191,0                         |
| 2008   | 439                     | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ              | 180          | 0,6              | 0,2          | 28,6           | 67                            |
| 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                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b>  |                         |   | <b>750</b>   | <b>26,2</b>      | <b>23,9</b>  | <b>116</b>     | <b>727,6</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>  |                         |   |              | <b>41,8</b>      | <b>40,8</b>  | <b>197,2</b>   | <b>1 220,8</b>                |
| <b>Всего за 10 дней завтраков:</b>   |                         |   |              | <b>168,4</b>     | <b>165,2</b> | <b>806,4</b>   | <b>5 005,2</b>                |
| <b>Всего за 10 дней обедов:</b>  |                         |   |              | <b>255,8</b>     | <b>257,5</b> | <b>1 049,9</b> | <b>7 183,9</b>                |
| <b>Итого за 10 дней:</b>   |                         |   |              | <b>424,2</b>     | <b>422,7</b> | <b>1 832,6</b> | <b>12 189,1</b>               |
| <b>Среднее значение за период:</b>   |                         |   |              | <b>42</b>        | <b>42</b>    | <b>183</b>     | <b>1219</b>                   |
| <b>Содержание белков, жиров, углеводов за 10 дней в % от калорийности:</b> |                         |   |              | <b>14</b>        | <b>31</b>    | <b>60</b>      |                               |

Зав.производством:

Калькулятор:

*М.И.Иванов*  
*И.И.Иванов*