

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ  
*Стариков В.С.*

**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**

" 11 " декабря 2023 г

1 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Обед</b>							
2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,10	6,20	4,70	79,10
2016	72	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	2,70	4,60	6,00	87,40
2016	264	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	300	18,80	18,10	35,80	408,80
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			1050	30,90	31,30	125,50	954,10
Всего за день:				30,90	31,30	125,50	954,10

Зав.производством: *Мещеряков*  
 Калькулятор:

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ  
*Стариков Г.С.*

**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ**  
 (ЗАВТРАК - 96,00 РУБ, ОБЕД - 145,00 РУБ)

" 11 " декабря 2023 г

1 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>							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,50	5,30	23,20	168,60
2016	231	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	4,10	9,10	2,30	118,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,10	5,00	10,70	108,10
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			535	19,40	22,00	69,00	576,20
<b>Обед</b>							
2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,70	3,70	2,80	47,50
2016	72	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	2,30	4,10	4,80	76,80
2016	264	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	240	15,10	14,50	28,70	327,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,20	18,20	82,80
Итого за прием пищи:			760	24,60	24,00	94,20	729,80
Всего за день:				44,00	46,00	163,20	1 306,00

Зав.производством:

*Т.М. Сидорова*

Калькулятор:

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ  
*Стариков С*

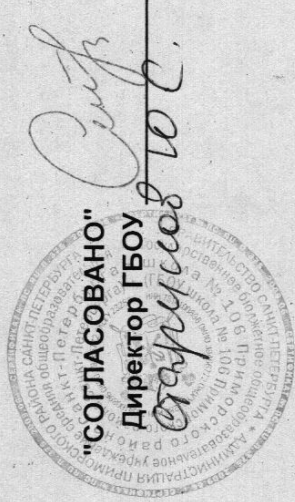
**Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед)  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет)  
 общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его  
 стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 11 " декабря 2023 г

1 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,50	5,30	23,20	168,60
2016	231	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	4,10	9,10	2,30	118,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,10	5,00	10,70	108,10
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>535</b>	<b>19,40</b>	<b>22,00</b>	<b>69,00</b>	<b>576,20</b>
<b>Обед</b>							
2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,70	3,70	2,80	47,50
2016	72	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	2,30	4,10	4,80	76,80
2016	264	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	240	15,10	14,50	28,70	327,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,20	18,20	82,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>760</b>	<b>24,60</b>	<b>24,00</b>	<b>94,20</b>	<b>729,80</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>44,00</b>	<b>46,00</b>	<b>163,20</b>	<b>1 306,00</b>

Зав.производством: *Мещеряков*  
 Калькулятор:

АО " ФИРМА ФЛОРИДАН"



**Меню**

Абонементное питание  
стоимостью 50 рублей.

На " 11 " *декабря* 2023 г.

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		Полдник					
к/к	к/к	БУЛОЧКА С МАКОМ	60	6,3	3,6	33,5	191,4
к/к	к/к	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	2	1,1	23,4	111
Итого за прием пищи:							302

Зав. производством: *Мещеряков*  
Калькулятор: