

"Согласовано"

Директор ГБОУ *МБОУ "СШ № 100"*

*Морозова Д.А.*

**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**

" 29 " 01 2024 г

| 6 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                        | 190                     | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150          | 4,50             | 5,20         | 19,10         | 146,70                        |
| 2008                        | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 10/20        | 3,90             | 3,50         | 10,60         | 89,90                         |
| 2021                        | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 20           | 1,50             | 0,50         | 10,60         | 53,60                         |
| 2016                        | 416                     | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 180          | 3,70             | 2,50         | 12,40         | 88,00                         |
| 2021                        | 470                     | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%                          | 150          | 4,20             | 3,80         | 16,50         | 120,00                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>530</b>   | <b>17,80</b>     | <b>15,50</b> | <b>69,20</b>  | <b>498,20</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| ТТК                         | 14                      | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ                            | 80           | 4,30             | 7,20         | 4,80          | 110,40                        |
| 2016                        | 60/123                  | БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ            | 200          | 3,90             | 2,30         | 9,30          | 74,90                         |
| 2008                        | 306                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                               | 240          | 16,20            | 18,70        | 19,10         | 323,40                        |
| 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>780</b>   | <b>30,90</b>     | <b>29,90</b> | <b>91,10</b>  | <b>787,10</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>48,70</b>     | <b>45,40</b> | <b>160,30</b> | <b>1 285,30</b>               |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *Дорожников Д.А.*

**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**

" 29 " 01 2024 г

| 7 день                      |                         |                                    |              |                  |              |               |                               |
|-----------------------------|-------------------------|------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |                                    |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |                                    |              |                  |              |               |                               |
| ТТК                         | 14                      | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ                 | 100          | 5,40             | 9,00         | 6,00          | 138,20                        |
| 2016                        | 60/123                  | БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ | 250          | 4,60             | 2,80         | 9,40          | 84,60                         |
| 2008                        | 306                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                    | 300          | 20,30            | 23,40        | 23,90         | 404,30                        |
| 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                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                    | <b>1050</b>  | <b>38,60</b>     | <b>37,60</b> | <b>118,30</b> | <b>1 005,90</b>               |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |                                    |              | <b>38,60</b>     | <b>37,60</b> | <b>118,30</b> | <b>1 005,90</b>               |

Зав.производством:

Калькулятор: