

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ТФОУ школы №25  
Петроград на СПб



А.Б. Петрова

" 6 " июля 2024 г.

" УТВЕРЖДАЮ "

Генеральный директор  
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"



Костенюк О.Ю./

" июль " 2024 г.

**Цикличное 10-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (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**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 74	74/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	60	0,70	3,70	2,80	47,50
ТТК № 111	111/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,30	4,10	4,80	76,80
ТТК № 112	112/1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	240	15,10	14,50	28,70	327,10
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	130	0,90	0,10	20,50	85,50
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>25,00</b>	<b>24,30</b>	<b>106,30</b>	<b>779,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>25,00</b>	<b>24,30</b>	<b>106,30</b>	<b>779,50</b>
<b>2 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,40	0,10	1,10	7,20
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	2,40	4,30	13,20	118,70
ТТК № 23	23/1	ГУЛЯШ	90	8,70	18,40	2,30	157,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	32,40	188,30
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН СБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>23,50</b>	<b>29,10</b>	<b>114,10</b>	<b>776,80</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>23,50</b>	<b>29,10</b>	<b>114,10</b>	<b>776,80</b>
<b>3 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 2	2/1	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,90	6,10	4,60	76,50

ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,40	4,60	9,00	82,10
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	14,00	5,90	2,10	126,60
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,40	4,70	19,00	126,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 128	128/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	16,80	68,50
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>25,90</b>	<b>23,00</b>	<b>99,30</b>	<b>718,70</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>25,90</b>	<b>23,00</b>	<b>99,30</b>	<b>718,70</b>

#### 4 день

##### Обед

ТТК № 120	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,50	3,10	4,50	49,10
ТТК № 84	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	200	5,00	1,90	12,40	95,60
ТТК № 42	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11,50	10,50	9,50	188,60
ТТК № 52	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>25,90</b>	<b>20,70</b>	<b>113,70</b>	<b>758,70</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>25,90</b>	<b>20,70</b>	<b>113,70</b>	<b>758,70</b>

#### 5 день

##### Обед

ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	6,10	8,10	85,30
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,60	3,00	12,30	82,30
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	13,20	11,20	16,80	203,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 49	49/2	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,10	0,00	6,80	29,60
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>25,50</b>	<b>25,90</b>	<b>107,50</b>	<b>717,70</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>25,50</b>	<b>25,90</b>	<b>107,50</b>	<b>717,70</b>

#### 6 день

##### Обед

ТТК № 14	14/1	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	80	4,30	7,20	4,80	102,60
ТТК № 141	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,10	4,20	10,60	98,80
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	16,20	18,70	19,10	309,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20

ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>800</b>	<b>30,20</b>	<b>31,80</b>	<b>94,40</b>	<b>798,40</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>30,20</b>	<b>31,80</b>	<b>94,40</b>	<b>798,40</b>
<b>7 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,10	0,10	2,30	13,20
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,60	4,20	6,40	89,90
ТТК № 43	43/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,70	9,00	15,40	204,40
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,30	4,30	18,30	130,10
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 129	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>860</b>	<b>24,30</b>	<b>19,40</b>	<b>104,10</b>	<b>733,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>24,30</b>	<b>19,40</b>	<b>104,10</b>	<b>733,10</b>
<b>8 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 131	131/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	3,10	4,90	52,30
ТТК № 132	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,20	6,70	10,40	95,40
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	90	11,50	10,00	13,20	196,70
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	1,70	4,80	13,10	93,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>780</b>	<b>24,60</b>	<b>26,10</b>	<b>114,30</b>	<b>769,40</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>24,60</b>	<b>26,10</b>	<b>114,30</b>	<b>769,40</b>
<b>9 день</b>							
<b>Обед</b>							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,40	0,10	1,10	7,20
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	200	2,90	5,60	7,80	105,20
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	14,20	9,50	6,10	143,50
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	4,20	17,70	135,80
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 40	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,10	0,10	9,60	40,40
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>820</b>	<b>30,50</b>	<b>25,10</b>	<b>105,80</b>	<b>749,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>30,50</b>	<b>25,10</b>	<b>105,80</b>	<b>749,60</b>
<b>10 день</b>							

Обед							
ТТК № 20	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,70	6,10	4,10	73,60
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,60	3,00	12,30	82,30
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	100	9,70	5,00	9,60	133,80
ТТК № 121	121/1	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>790</b>	<b>21,60</b>	<b>20,70</b>	<b>114,30</b>	<b>761,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>21,60</b>	<b>20,70</b>	<b>114,30</b>	<b>761,50</b>
<b>Итого за 10 дней:</b>				<b>266,90</b>	<b>246,10</b>	<b>1 073,80</b>	<b>7 563,40</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>25,69</b>	<b>24,61</b>	<b>107,38</b>	<b>756,34</b>

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Техничко-технологические карты разработаны на основе:

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Дели плюс, 2013.-808с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга, - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: Дели плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:Дели плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапейкина,- Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка.-М.: ТД Дели, 2022. - 245с.

Допускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.