

Директор ГБОУ

"Согласовано"



Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, 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

" 10 " 03 2025 г

7 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 135	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	9,90	14,70	37,40	306,20
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА СЛАДКАЯ)	50	2,30	3,20	4,50	50,50
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,40	0,10	10,20	42,30
ТТК № 1	1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			605	16,80	24,80	96,00	655,20
Обед							
ТТК № 14	14/1	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	128,20
ТТК № 141	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	250	4,50	5,40	13,10	118,50
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	18,90	21,80	22,30	361,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
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
Итого за прием пищи:			930	36,70	38,20	110,60	939,50
Всего за день:				53,50	63,00	206,60	1 594,70

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"
Директор ГБОУ



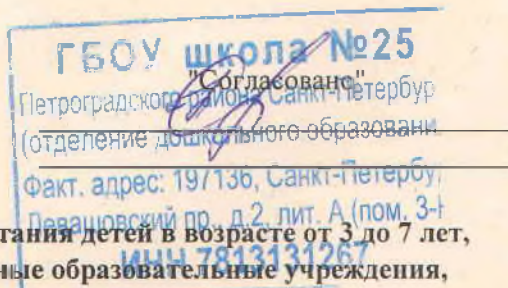
Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 10 " 03 2025 г

6 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 135	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,70	11,10	28,00	255,20
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА СЛАДКАЯ)	30	1,40	1,90	2,70	30,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 101	101/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,70	27,40
ТТК № 1	1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			500	13,00	19,20	70,70	515,50
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
Итого за прием пищи:			800	30,20	31,80	94,40	798,40
Всего за день:				43,20	51,00	165,10	1 313,90

Зав.производством:

Калькулятор:



Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 10 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

" 10 " марта 2025 г

6 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,35	5,60	20,77	132,83
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,53	4,67	10,64	91,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,10	1,70	11,80	73,60
Итого за прием пищи:			405	10,48	12,51	53,81	351,03
II Завтрак							
ТТК № 129	129/2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	19,96	82,18
Итого за прием пищи:			200	0,13	0,12	19,96	82,18
Обед							
ТТК №55	55/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СОЛЕННЫЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,48	0,06	1,02	6,00
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,67	7,49	10,81	121,90
ТТК № 42	42/2	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	80	7,62	12,74	9,71	190,24
ТТК № 53	53/2	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	140	1,23	3,02	12,32	69,44
ТТК № 89	89/3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,44	18,52	88,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 41	41/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,56	0,00	17,18	70,44
Итого за прием пищи:			720	16,66	24,29	80,16	600,02
Полдник							
ТТК № 145	145/2	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	50	3,20	3,00	29,20	157,00
ТТК № 102	102/1	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ М.Д.Ж. 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00
Итого за прием пищи:			250	9,30	8,30	39,30	270,00
Всего за день:				36,57	45,22	193,23	1 303,23

Зав.производством:

Калькулятор: