

"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

" 18 " 03 2025 г

2 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	23,20	168,60
ТТК № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	4,10	9,10	2,30	118,00
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,10	5,00	10,70	108,10
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			535	19,20	21,80	66,70	567,20
Обед							
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 ОБОГАЩЕННЫЙ	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
Итого за прием пищи:			780	23,50	29,10	114,10	776,80
Всего за день:				42,70	50,90	180,80	1 344,00

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"
 Директор ГБОУ



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

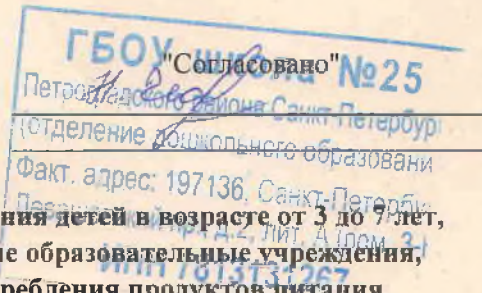
" 18 " 03 2025 г

2 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	23,20	168,60
ТТК № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	80	4,70	9,80	2,70	126,80
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/20	7,50	7,90	10,70	144,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			575	23,70	26,00	77,70	665,90
Обед							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	250	4,50	5,50	17,20	145,20
ТТК № 23	23/1	ГУЛЯШ	100	9,70	20,40	2,50	174,40
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,80	38,90	226,00
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	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
Итого за прием пищи:			930	29,30	33,60	134,90	907,40
Всего за день:				53,00	59,60	212,60	1 573,30

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

" 18 " марта 2025 г

2 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 34	34/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180	5,73	4,67	25,48	160,50
ТТК № 16	16/3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	6,14	6,45	10,60	126,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 91	91/2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,16	0,01	6,41	27,56
Итого за прием пищи:			427	13,53	11,67	53,09	368,06
II Завтрак							
ТТК № 38	38/2	КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,20	90,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,20	90,00
Обед							
ТТК №54	54/4	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,66	0,12	2,28	13,20
ТТК № 81	81/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	4,71	4,17	21,02	128,23
ТТК № 226	226/1	КОТЛЕТЫ "ДЕТСКИЕ"	75	8,65	8,25	9,04	163,50
ТТК № 45	45/2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	2,92	4,06	24,76	146,63
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 № 40	40/4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШ)	180	0,14	0,11	9,70	40,86
Итого за прием пищи:			710	21,18	17,69	95,92	634,42
Полдник							
ТТК № 78	78/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150	16,42	16,01	18,95	253,50
ТТК № 93	93/3	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,20	25,18
Итого за прием пищи:			330	16,52	16,01	25,15	278,68
Всего за день:				56,45	49,87	181,36	1 371,16

Зав.производством:

Калькулятор: