

"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

"19" "03" 2025 г

3 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	4,20	5,20	19,10	162,70
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,60	0,60	19,60	89,60
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			535	15,20	12,60	78,20	474,90
Обед							
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
Итого за прием пищи:			860	25,90	23,00	99,30	718,70
Всего за день:				41,10	35,60	177,50	1 193,60

Зав.производством:

Калькулятор:

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

" 19 " 03 2025 г

3 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	200	5,60	6,90	25,50	216,90
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,60	8,80	10,70	128,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			630	18,90	23,80	89,60	637,70
Обед							
ТТК № 2	2/1	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,50	10,20	7,60	127,50
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	250	3,40	4,70	10,90	106,20
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	18,60	7,90	2,80	168,80
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	2,90	5,60	22,80	152,00
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 № 128	128/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,70	76,20
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			1050	34,90	30,40	119,90	913,50
Всего за день:				53,80	54,20	209,50	1 551,20

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

" 19 " сентябрь 2025 г

3 день

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак							
ТТК № 37	37/2	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	180	2,88	8,10	24,12	126,00
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	8,01	15,01	57,16	344,20
II Завтрак							
ТТК № 73	73/2	РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%	180	5,22	4,50	7,56	92,00
Итого за прием пищи:			180	5,22	4,50	7,56	92,00
Обед							
ТТК № 183	183/1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ	60	2,00	4,20	4,36	63,12
ТТК № 134	134/4	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,82	5,44	9,83	92,46
ТТК № 162	162/2	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	8,48	9,28	14,60	177,60
ТТК № 345	345/1	КАПУСТА, ТУШЕННАЯ С МОРКОВЬЮ В МОЛОКЕ	140	1,90	3,92	6,44	87,80
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 № 48	48/2	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0,18	0,04	11,58	48,41
Итого за прием пищи:			720	20,48	23,86	75,93	611,39
Полдник							
ТТК № 28	28/1	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	35	0,18	0,00	26,25	105,00
ТТК № 98	98/3	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,06	0,06	27,20	115,60
ТТК № 1	1/9	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			335	1,64	0,46	63,25	267,60
Всего за день:				35,35	43,83	203,90	1 315,19

Зав.производством:

Калькулятор: