

"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**

" 27 " 02 2025 г

10 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	200	5,60	8,90	35,10	241,10
ТТК № 76	76/1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>660</b>	<b>22,90</b>	<b>23,40</b>	<b>103,40</b>	<b>677,40</b>
<b>Обед</b>							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	250	3,40	6,00	9,80	118,40
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	5,00	21,20	162,90
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 № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	22,80	95,10
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1010</b>	<b>38,80</b>	<b>29,80</b>	<b>136,60</b>	<b>941,40</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>61,70</b>	<b>53,20</b>	<b>240,00</b>	<b>1 618,80</b>

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**

" 24 " 02 2025 г

9 день							
Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>Завтрак</b>							
ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	4,20	6,60	26,30	192,80
ТТК № 76	76/1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
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 № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	81,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>540</b>	<b>17,80</b>	<b>17,20</b>	<b>66,10</b>	<b>471,30</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>48,30</b>	<b>42,30</b>	<b>171,90</b>	<b>1 220,90</b>

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

" 27 " февраля 2025 г

## 9 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>							
ТТК № 32	32/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ МАННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	183	4,40	6,81	23,00	164,00
ТТК № 16	16/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,98	4,97	10,60	108,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,54	10,60	53,60
ТТК № 90	90/3	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,05	9,66	43,04
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>433</b>	<b>11,04</b>	<b>12,37</b>	<b>53,86</b>	<b>368,84</b>
<b>II Завтрак</b>							
ТТК № 29	29/2	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%	175	4,90	4,38	19,25	94,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>175</b>	<b>4,90</b>	<b>4,38</b>	<b>19,25</b>	<b>94,50</b>
<b>Обед</b>							
ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	5,70	8,10	85,30
ТТК № 134	134/3	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	3,77	4,85	10,95	100,76
ТТК № 110	110/2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	80	7,64	3,76	8,67	109,50
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	1,88	4,48	20,08	128,10
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 № 129	129/2	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,13	0,12	19,96	82,18
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>740</b>	<b>18,42</b>	<b>19,89</b>	<b>96,88</b>	<b>647,84</b>
<b>Полдник</b>							
ТТК № 117	117/1	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,00	7,83	25,92	180,00
ТТК № 358	358/1	НАПИТОК ИЗ ВАРЕНЬЯ	200	0,08	0,06	17,59	78,33
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>250</b>	<b>4,08</b>	<b>7,89</b>	<b>43,51</b>	<b>258,33</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>38,44</b>	<b>44,53</b>	<b>213,50</b>	<b>1 369,51</b>

Зав.производством:

Калькулятор: