

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>1 день</b>               |                         |  |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                                 | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |  |              |                  |             |              |                               |
| к/к                         | к/к                     | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕННЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ* | 100          | 1,0              | 7,2         | 17,2         | 134                           |
| 2008                        | 83                      | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ                               | 250/5        | 1,5              | 5,1         | 7,1          | 84                            |
| 2008                        | 314                     | БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ                                     | 100          | 13,8             | 8,4         | 15,0         | 201                           |
| 2008                        | 351                     | РАГУ ОВОЩНОЕ   | 180          | 3,0              | 6,0         | 15,2         | 109                           |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ                         | 180          | 0,6              | 0,2         | 28,6         | 67                            |
| к/к                         | к/к                     | ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ В ИНД.УПАК,                                  | 20           | 6,2              | 3,7         | 25,9         | 123,8                         |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ              | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                             | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100          | 0,8              | 0,4         | 29,8         | 97                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>1015</b>  | <b>30,4</b>      | <b>31,9</b> | <b>161,8</b> | <b>928,6</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |  |              | <b>30,4</b>      | <b>31,9</b> | <b>161,8</b> | <b>928,6</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>2 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2008/2011                   | 41/71/1                 | САЛАТ ВИТАМИННЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03 | 100          | 2,3              | 5,5         | 9,5          | 74                            |
| 2008                        | 98                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ И КУРОЙ  | 250/10       | 7,3              | 8,2         | 22,2         | 131                           |
| 2008                        | 245                     | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ  | 100          | 12,5             | 7,2         | 13,5         | 186,0                         |
| 2008                        | 335                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ   | 180          | 3,8              | 6,2         | 25,6         | 172,9                         |
| 2008                        | 402                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С   | 180          | 0,5              | 0,1         | 28,5         | 118,0                         |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                   | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%  | 100          | 2,0              | 2,5         | 23,0         | 127                           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>970</b>   | <b>31,9</b>      | <b>30,6</b> | <b>145,3</b> | <b>922,6</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>31,9</b>      | <b>30,6</b> | <b>145,3</b> | <b>922,6</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>3 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2008                        | 43                      | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ *        | 100          | 1,6              | 8,7         | 13,9         | 92,0                          |
| 2008                        | 75                      | БОРЩ СО СМЕТАНОЙ                                  | 250/5        | 3,8              | 7,3         | 9,1          | 123                           |
| 2008                        | 280                     | РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ                 | 100          | 13,8             | 8,4         | 10,3         | 189                           |
| 2008                        | 331                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                       | 180          | 6,5              | 5,7         | 41,8         | 244                           |
| 2008                        | 441                     | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА                       | 180          | 0,6              | 0,3         | 22,0         | 92,7                          |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                   | 85           | 0,2              | 0,0         | 16,7         | 56                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>950</b>   | <b>30,0</b>      | <b>31,3</b> | <b>136,8</b> | <b>910,6</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>30,0</b>      | <b>31,3</b> | <b>136,8</b> | <b>910,6</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>4 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2011                        | 52/к/к                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ, ФИЛЕ СЕЛЬДИ | 80/20        | 4,5              | 8,2         | 6,7          | 77,3                          |
| 2008                        | 95                      | СУП ОВОЩНОЙ   | 250          | 3,8              | 4,2         | 14,8         | 129                           |
| 2008                        | 311                     | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ   | 250          | 17,0             | 17,6        | 43,5         | 455                           |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ                    | 180          | 0,6              | 0,2         | 28,6         | 67                            |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ           | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                          | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%                                | 100          | 2,0              | 2,8         | 23,0         | 127                           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>930</b>   | <b>31,4</b>      | <b>33,9</b> | <b>139,6</b> | <b>968,9</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>31,4</b>      | <b>33,9</b> | <b>139,6</b> | <b>968,9</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>5 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2008/2011                   | 40/71/2                 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02/ ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО) С 01.03 | 100          | 1,7              | 5,1         | 14,0         | 83                            |
| 2008                        | 105                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ   | 250          | 6,4              | 1,8         | 28,4         | 185,5                         |
| 1996                        | 394                     | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ   | 250          | 16,9             | 11,5        | 27,7         | 397,5                         |
| 2008                        | 394                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С  | 180          | 0,1              | 0,1         | 25,1         | 51,2                          |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ   | 100          | 0,9              | 0,2         | 18,1         | 63                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>930</b>   | <b>29,5</b>      | <b>28,1</b> | <b>136,3</b> | <b>894</b>                    |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>29,5</b>      | <b>28,1</b> | <b>136,3</b> | <b>894,0</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>6 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| к/к                         | к/к                     | ДОП ГАРНИР: ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (ПОРЦИОННО)            | 100          | 1,0              | 0,5         | 1,7          | 44,0                          |
| 2008                        | 92                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                  | 250          | 4,9              | 4,2         | 19,3         | 113,5                         |
| 2008                        | 239                     | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                                    | 100          | 13,0             | 12,6        | 15,0         | 226,0                         |
| 2008                        | 325                     | РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                   | 180          | 3,4              | 7,4         | 27,8         | 177,7                         |
| 2008                        | 436                     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                  | 180          | 0,4              | 0,0         | 23,1         | 94,5                          |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                                     | 100          | 0,8              | 0,4         | 29,8         | 97,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>980</b>   | <b>27,0</b>      | <b>27,6</b> | <b>139,7</b> | <b>866,3</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>27,0</b>      | <b>27,6</b> | <b>139,7</b> | <b>866,3</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
 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  
 (для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>7 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда  | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2008/к/к                    | 51/к/к                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ до 28.02 /САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ С 01.03 | 100          | 1,4              | 9,6         | 6,6          | 123                           |
| 2008                        | 94                      | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ  | 250/5        | 2,2              | 5,1         | 12,4         | 88,5                          |
| 2008                        | 261                     | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ  | 100/20       | 10,9             | 17,2        | 16,4         | 232,0                         |
| 2008                        | 331                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ   | 180          | 6,5              | 5,7         | 41,8         | 244,3                         |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ ДЖЕМА ЧЕРНОСМОРОДИНОВОГО   | 180          | 0,1              | 0,0         | 24,1         | 67                            |
| к/к                         | к/к                     | ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ В ИНД.УПАК.   | 20           | 6,2              | 3,7         | 25,9         | 123,8                         |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ  | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ   | 100          | 0,9              | 0,2         | 18,1         | 63,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>985</b>   | <b>31,7</b>      | <b>32,4</b> | <b>137,8</b> | <b>976,4</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>31,7</b>      | <b>32,4</b> | <b>137,8</b> | <b>976,4</b>                  |

Зав.производством:  
 Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>8 день</b>               |                         |  |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |  |              |                  |             |              |                               |
| 2008                        | 35/56                   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ до 28.02 /ИКРА МОРКОВНАЯ С 01.03 | 100          | 5,6              | 5,1         | 6,9          | 75                            |
| 2008                        | 92                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ   | 250/10       | 3,7              | 4,8         | 19,4         | 103,5                         |
| 2008                        | 314                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ   | 100          | 13,2             | 12,8        | 18,4         | 212                           |
| 2008                        | 326                     | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ  | 180          | 4,4              | 5,5         | 46,2         | 230,8                         |
| 2008                        | 402                     | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С  | 180          | 0,0              | 0,0         | 8,7          | 118,0                         |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                                   | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ   | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100          | 0,8              | 0,4         | 29,8         | 97                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>970</b>   | <b>31,2</b>      | <b>29,5</b> | <b>152,4</b> | <b>949,9</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |  |              | <b>31,2</b>      | <b>29,5</b> | <b>152,4</b> | <b>949,9</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:



"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>9 день</b>               |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2008                        | 43                      | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *        | 100          | 1,6              | 15,3        | 11,9         | 92,0                          |
| 2008                        | 91                      | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ              | 250/5        | 2,4              | 5,4         | 16,7         | 145,6                         |
| 2008                        | 284/364                 | ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ , СОУС ТОМАТНЫЙ               | 100/20       | 13,1             | 9,4         | 12,9         | 269,8                         |
| к/к                         | к/к                     | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ                                     | 180          | 2,8              | 5,0         | 13,0         | 79,8                          |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ            | 180          | 0,1              | 0,1         | 23,5         | 67                            |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%                      | 100          | 2,0              | 2,5         | 23,0         | 127                           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>985</b>   | <b>25,5</b>      | <b>38,6</b> | <b>124,0</b> | <b>894,8</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>25,5</b>      | <b>38,6</b> | <b>124,0</b> | <b>894,8</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>10 день</b>              |                         |  |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |  |              |                  |             |              |                               |
| 2008                        | 20                      | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ*   | 100          | 2,7              | 5,1         | 6,8          | 93                            |
| 2008                        | 80                      | БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ              | 250/10/5     | 5,9              | 6,2         | 26,6         | 182                           |
| 2008                        | 243                     | ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ                             | 100          | 11,8             | 10,9        | 26,8         | 221                           |
| 2008                        | 335                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                  | 180          | 3,8              | 6,5         | 24,4         | 173                           |
| 2008                        | 394                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С                     | 180          | 0,1              | 0,1         | 12,1         | 51,2                          |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                 | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                    | 85           | 0,2              | 0,0         | 16,7         | 76                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>960</b>   | <b>28,0</b>      | <b>29,7</b> | <b>136,4</b> | <b>909,7</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |  |              | <b>28,0</b>      | <b>29,7</b> | <b>136,4</b> | <b>909,7</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор:

"Согласовано"  
Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
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  
(для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>11 день</b>              |                         |   |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                        | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |             |              |                               |
| 2011                        | 52/29                   | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С ЯЙЦОМ, МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ | 80/20        | 3,5              | 8,9         | 6,5          | 104,3                         |
| 2008                        | 99                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ                            | 250          | 5,7              | 4,5         | 14,1         | 109                           |
| к/к                         | к/к                     | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ                                 | 100          | 10,9             | 9,1         | 17,7         | 206                           |
| 2008                        | 331                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ                           | 180          | 6,5              | 5,7         | 41,8         | 244,3                         |
| 2008                        | 439                     | НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ              | 180          | 0,6              | 0,2         | 28,6         | 67                            |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ     | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                    | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. ЖИРН.2,5%                          | 100          | 2,0              | 2,8         | 23,0         | 127                           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>960</b>   | <b>32,7</b>      | <b>32,1</b> | <b>154,7</b> | <b>971,2</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>32,7</b>      | <b>32,1</b> | <b>154,7</b> | <b>971,2</b>                  |

Зав.производством:  
Калькулятор:

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ \_\_\_\_\_

**Ежедневное меню рационов горячего питания (обед) стоимостью 135,18 руб.  
 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  
 (для сырьевых столовых)**

" \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 2022 г

| <b>12 день</b>              |                         |  |              |                  |             |              |                               |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевые вещества |             |              | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |  |              | Белки, г         | Жиры, г     | Углеводы, г  |                               |
| <b>Обед</b>                 |                         |  |              |                  |             |              |                               |
| 2008/2011                   | 30/71/1                 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ до28.02/ ПОМИДОР СВЕЖИЙ с 01.03 | 100          | 3,8              | 10,2        | 7,8          | 137,0                         |
| 2008                        | 88                      | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ                   | 250/5        | 5,7              | 5,6         | 7,2          | 94,0                          |
| 2008                        | 274                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ , ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ   | 100          | 9,8              | 8,8         | 6,3          | 136,0                         |
| 2008                        | 323                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                       | 180          | 4,6              | 5,5         | 45,2         | 247,2                         |
| 2008                        | 436                     | НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ   | 180          | 0,3              | 0,0         | 25,7         | 105,0                         |
| к/к                         | к/к                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                | 30           | 2,0              | 0,3         | 12,7         | 61,2                          |
| к/к                         | к/к                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ                               | 20           | 1,5              | 0,6         | 10,3         | 52,4                          |
| к/к                         | к/к                     | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ  | 100          | 0,8              | 0,4         | 29,8         | 97                            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>965</b>   | <b>28,5</b>      | <b>31,4</b> | <b>145,0</b> | <b>929,8</b>                  |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |  |              | <b>28,5</b>      | <b>31,4</b> | <b>145,0</b> | <b>929,8</b>                  |

Зав.производством:

Калькулятор: