

"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**

" 17 " октября 2025 г

**5 день**

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                         |                                                   |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 34/2           | 34/2                    | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 170          | 6,07             | 11,39   | 27,19       | 235,11                        |
| ТТК № 76/2           | 76/2                    | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                     | 40           | 5,08             | 4,60    | 0,28        | 62,84                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 40           | 3,00             | 1,08    | 21,20       | 106,52                        |
| ТТК № 44/2           | 44/2                    | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                        | 180          | 1,90             | 1,70    | 13,41       | 76,54                         |
| ТТК № 29/2           | 29/2                    | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ М.Д.Ж. 2,5%                       | 150          | 4,20             | 3,80    | 16,50       | 81,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                   | 580          | 20,25            | 22,57   | 78,58       | 562,01                        |
| Обед                 |                         |                                                   |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 390/2          | 390/2                   | ВИНЕГРЕТ С СЕЛЬДЬЮ                                | 60           | 3,74             | 5,69    | 3,83        | 81,48                         |
| ТТК № 70/2           | 70/2                    | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)            | 200          | 1,12             | 4,15    | 13,12       | 94,37                         |
| ТТК № 42/2           | 42/2                    | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                  | 90           | 9,47             | 11,63   | 10,03       | 182,63                        |
| ТТК № 52/2           | 52/2                    | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                            | 150          | 2,40             | 5,70    | 14,00       | 116,90                        |
| ТТК № 89/2           | 89/2                    | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                  | 40           | 2,60             | 0,44    | 18,52       | 88,44                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                 | 40           | 3,00             | 1,08    | 21,20       | 106,52                        |
| ТТК № 129/2          | 129/2                   | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                   | 180          | 0,12             | 0,11    | 15,27       | 62,55                         |
| ТТК № 1/2            | 1/2/2                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)                             | 100          | 0,40             | 0,30    | 10,30       | 47,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                   | 860          | 22,85            | 29,10   | 106,27      | 779,89                        |
| Всего за день:       |                         |                                                   |              | 43,10            | 51,67   | 184,85      | 1 341,90                      |

Зав.производством:

Калькулятор: