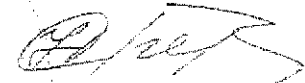


УТВЕРЖДАЮ

Начальник Управления
социального питания
Правительства Санкт-Петербурга

И.А. Петрова



" 04 " 1000 2019 г

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 161,00 руб. (завтрак - 59,00 руб., обед - 102,00 руб.) для предоставления питания учащимся общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для буфетов-распредел)

1 день															
Сборные рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг
Завтрак															
2008	189	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,10	7,50	18,80	189	0,10	1,00	0,04	0,20	117,00	41,00	146,00	2,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	150/20	5,00	5,00	10,30	107	0,00	0,10	0,00	0,00	135,80	7,90	68,00	0,40
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	7,00	45,00	1,00
нк	нк	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	75	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
нк	нк	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,50	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	3,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				13,90	14,90	77,80	502	0,12	12,10	0,05	0,80	334,60	67,20	306,30	6,90
Обед															
2011	37	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	60	0,80	13,30	14,30	110	0,00	5,40	0,10	5,90	17,30	16,70	21,20	0,50
2008	76	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1,50	4,30	10,40	110	0,00	7,00	0,20	0,20	15,00	19,60	140,10	1,20
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,70	24,70	36,90	452	0,10	14,70	0,30	5,00	44,00	46,70	216,00	2,70

2008	402	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ. С	200	0,80	0,10	31,70	131	0,02	51,40	0,01	0,50	21,00	18,00	23,00	0,70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,60	4,50	4,60	21,80	1,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				27,20	43,30	120,30	937	0,12	78,50	0,61	13,20	106,60	101,10	438,40	6,40
Всего за день:				41,15	58,20	198,10	1 439	0,24	90,60	0,86	14,00	441,20	169,30	744,70	12,30

2 день

Завтрак

2008	139	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	5,60	6,40	24,60	179	0,11	1,00	0,04	0,60	114,00	29,00	148,00	2,80
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С КОЛБАСОЙ ПК И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	15/5/25	4,80	5,90	23,00	125	0,00	0,20	0,00	0,00	9,80	7,40	45,50	0,70
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	6,00	1,00
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ 2,5% ЖИРН.	125	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	950,00	0,00
Итого за прием пищи:				13,90	15,50	83,80	535	0,41	8,20	0,34	0,60	418,80	180,40	1 149,50	3,70

Обед

2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	50	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,20	0,02	1,40	29,40	9,00	16,80	0,40
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И КУРОЙ	200/10	7,00	4,30	15,20	147	0,10	4,30	0,20	1,60	17,50	27,20	164,20	1,70
2008	259	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,40	11,00	12,00	181	0,08	0,00	0,05	3,70	41,50	16,00	145,00	1,30
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,04	0,20	17,00	29,00	85,00	1,10
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ с вит С	200	0,10	0,10	26,40	108	0,01	53,00	0,00	0,40	6,00	2,00	3,00	1,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,60	4,50	4,60	21,80	1,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				25,20	24,80	105,60	761	0,34	78,50	0,31	7,90	149,80	91,30	452,70	6,80
Всего за день:				39,10	40,30	189,30	1295	0,75	86,70	0,65	8,50	568,60	271,70	1602,20	10,50

3 день

Завтрак

2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	3,90	0,30	21,60	159	0,04	1,00	0,04	0,50	107,00	23,00	106,00	1,00
2011	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ И МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/20	6,50	7,60	24,80	235	0,00	0,30	0,10	1,10	18,90	18,40	122,50	0,50
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,01	0,00	121,00	14,00	90,00	1,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30

№	К/К	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	В0	0,00	0,20	8,00	30	0,00	30,40	0,00	0,20	28,00	0,00	13,60	0,10
Итого за прием пищи:				17,80	17,50	53,60	635	0,08	32,70	0,15	1,80	279,70	67,60	348,50	2,90
Обед															
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	60/20	4,28	7,80	4,00	104	0,00	9,00	0,20	2,80	12,80	11,40	21,80	0,50
2008	04	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,80	5,20	7,10	113	0,00	9,60	0,20	0,20	17,10	19,00	153,60	1,10
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	100	11,20	24,40	0,40	266	0,20	0,00	0,00	0,40	30,00	20,00	162,00	2,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,50	4,80	31,30	191	0,06	0,00	0,03	0,80	11,00	7,00	36,00	0,30
2008	304	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ.С	200	0,20	0,20	27,90	115	0,01	51,60	0,00	0,10	7,00	4,00	4,00	1,00
К/К	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	55	0,00	0,00	0,00	0,60	4,50	4,80	21,80	1,00
К/К	К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				28,50	43,30	97,70	922	0,27	70,20	0,43	4,90	93,20	69,50	420,30	6,80
Всего за день:				46,30	60,80	191,30	1 552	0,35	102,90	0,58	6,70	372,90	137,00	769,80	9,70

4 день

Завтрак

2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ	150	5,04	7,32	28,10	189	0,12	1,20	0,05	0,30	76,80	33,60	121,20	2,40
2010	216	ОМЛЕТ С СЫРОМ	60	7,50	9,90	21,10	164	0,00	0,10	0,10	0,90	19,00	8,30	119,60	1,10
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	7,00	45,00	1,00
К/К	К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				15,94	19,22	88,00	548	0,14	2,30	0,16	1,26	161,60	52,80	301,30	4,80

Обед

2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	60	0,80	6,10	1,00	85	0,03	14,40	0,10	3,10	18,00	10,60	14,10	0,60
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,30	4,40	13,50	122	0,10	6,00	0,20	0,40	13,30	21,40	156,90	0,90
2008	272	БИТОЧКИ	80	12,00	12,30	10,10	200	0,05	0,00	0,00	2,50	9,50	19,20	120,00	1,60
2008	136	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	150	2,80	9,24	24,00	161	0,05	4,80	1,45	5,04	38,60	42,00	75,60	1,20
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	200	0,50	0,10	28,10	115	0,03	51,40	0,00	0,10	16,00	8,00	26,00	0,60
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,00	7,44	33,50	216	0,07	0,00	0,05	0,50	6,00	6,40	33,60	0,42
К/К	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	55	0,00	0,00	0,00	0,60	4,50	4,80	21,80	1,00
К/К	К/К	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				25,80	40,48	138,18	1044	0,34	76,60	1,81	12,64	114,80	114,90	454,60	6,62

Всего за день:	41,74	59,70	226,18	1592	0,48	78,90	1,97	13,90	275,40	157,70	765,90	11,42
----------------	-------	-------	--------	------	------	-------	------	-------	--------	--------	--------	-------

5 день

Завтрак															
2011	183	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150/5	6,00	7,50	25,90	110	0,10	0,60	0,00	2,10	16,60	69,20	157,40	2,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,20	4,30	22,00	132	0,02	8,00	0,03	0,40	8,00	5,00	14,00	0,30
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,30	0,10	15,20	61	0,00	3,00	0,00	0,00	7,40	5,60	9,00	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	79	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	650,00	0,00
Итого за прием пищи:				13,30	15,70	100,50	560	0,42	18,60	0,33	2,50	326,80	219,50	1 146,70	3,60
Обед															
2008	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,62	3,10	1,56	40	0,01	3,60	0,00	1,38	13,30	7,80	16,80	0,42
2008	101	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ, С КУРОЙ	200/10	4,00	3,00	15,20	124	0,00	4,10	0,20	0,30	13,90	16,40	139,70	0,90
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕННЫЕ	80	9,30	10,76	10,03	175	0,06	0,00	0,06	3,20	37,80	13,09	129,60	1,02
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	190	2,90	4,70	23,80	148	0,15	21,00	0,04	0,20	21,00	30,00	79,00	1,20
ТТК №1	ТТК №1	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ С ВИТ.С	200	0,10	0,10	26,00	102	11,50	3,50	2,50	0,10	0,00	0,20	0,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,60	4,50	4,80	21,50	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	76	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				21,52	22,56	103,29	723	11,72	32,20	2,80	5,78	95,80	75,59	403,10	4,84
Всего за день:				34,82	38,26	203,79	1 283	12,14	50,80	3,13	8,28	422,60	295,09	1 549,80	8,44

6 день

Завтрак															
2008	188	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ С МОРКОВЬЮ	150	5,77	7,04	29,65	205	0,14	2,31	0,57	0,23	87,69	53,85	165,00	2,31
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	60/20	10,90	9,00	25,20	205	0,00	0,20	0,00	0,70	28,50	12,70	141,60	0,60
2011	378	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,50	1,20	16,00	80	0,00	0,20	0,00	0,00	56,20	9,20	38,70	0,50
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	79	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				19,67	17,94	87,25	567	0,14	2,71	0,57	0,93	177,19	91,05	361,60	3,71
Обед															
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	4,80	5,10	9,12	110	0,02	4,20	0,02	2,90	26,80	16,60	33,60	1,14
2008	85	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	200/5	3,00	4,70	4,30	82	0,00	6,70	0,20	0,10	18,70	13,50	26,70	0,50
2008	290	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	60/5	14,00	18,00	9,58	264	0,22	26,30	6,21	4,64	10,82	15,50	242,83	6,18

2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	150	5,70	8,00	27,50	209	0,07	13,00	0,43	0,80	23,00	20,00	54,00	1,10
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	200	0,10	0,10	27,90	113	0,01	55,40	0,00	0,10	5,00	2,00	8,00	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,80	4,50	4,50	21,80	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,90	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				32,20	38,80	105,40	942	0,22	105,60	6,86	9,24	95,62	75,90	403,00	10,62
Всего за день:				51,87	58,74	192,65	1480	0,46	108,31	7,43	10,17	272,61	166,95	764,63	14,33

7 день

Завтрак

2008	190	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	4,81	7,70	20,77	174	0,08	1,55	0,08	0,16	141,10	26,40	133,30	0,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,00	5,00	10,30	107	0,00	0,10	0,00	0,00	135,80	7,90	88,00	0,40
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	7,00	45,00	1,00
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	8,00	11,00	2,20
Итого за прием пищи:				11,71	14,40	63,27	435	0,10	12,65	0,07	0,76	353,90	49,30	277,30	3,60

Обед

2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ*	60	1,00	9,20	7,14	115	0,01	9,00	0,03	4,08	14,40	11,40	25,80	0,60
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	2,10	3,40	6,90	99	0,00	7,40	0,20	0,30	13,20	13,10	140,00	0,90
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	80/5	14,90	11,40	13,60	226	0,08	12,38	0,11	2,76	63,36	30,40	126,73	1,60
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	6,30	32,30	203	0,02	0,00	0,05	0,30	3,00	19,00	61,00	0,60
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	19,80	86	0,02	4,00	0,00	0,20	14,00	8,00	14,00	2,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,80	4,50	4,50	21,80	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				26,30	31,40	109,24	863	0,13	32,76	0,39	9,26	117,26	95,00	406,63	7,80
Всего за день:				38,01	45,80	172,51	1297	0,23	45,41	0,46	9,02	471,16	144,30	682,93	11,40

8 день

Завтрак

2011	182	КАША РЖНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,50	9,10	16,30	146	0,20	0,00	0,20	2,30	13,40	11,10	154,90	1,40
2011	63	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ПРИПУЩЕННОЙ С КУРАГОЙ	60	0,90	0,10	18,60	110	0,00	1,20	1,10	0,40	31,60	23,00	132,90	0,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	4,00	8,00	1,00
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНД.УПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ 2,5% ЖИРНОСТИ	126	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	950,00	0,00

к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,80	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				12,20	13,10	89,30	564	0,50	8,29	1,80	3,20	344,80	181,40	1 262,10	3,30
Обед															
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ *	60	1,00	3,00	4,02	60	0,01	10,30	0,02	1,38	28,40	8,00	18,80	0,42
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200/20	4,80	3,00	18,00	122	0,10	9,70	0,20	0,50	10,80	36,40	116,20	1,30
1898	394	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	200	16,00	20,00	21,80	399	0,50	11,20	0,00	2,30	23,30	48,60	173,10	2,40
2006	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ С ВИТ.С	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	58,13	0,00	0,10	8,00	3,00	5,00	0,00
к/к	к/к	ЗЕФИР ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ В ИНДУПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ	36	1,10	2,70	36,00	101	2,30	0,70	0,00	0,30	0,00	4,70	0,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	56	0,00	0,00	0,00	0,00	4,60	4,60	21,80	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,80	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				27,80	30,46	132,92	911	2,92	87,93	0,22	5,18	80,80	105,00	349,20	5,42
Всего за день:				39,70	43,58	222,22	1 476	3,42	96,13	1,82	8,38	425,60	286,40	1 611,30	8,72

9 день

Завтрак

2005	196	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	8,50	11,40	44,40	317	0,00	0,10	0,00	0,40	105,40	36,00	109,00	1,10
к/к	к/к	БУТЕРБРОД С ВЕТЧИНОЙ И СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	15/5/25	5,20	4,70	13,00	215	0,10	0,20	0,00	0,10	7,10	8,00	43,70	0,70
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,01	0,00	121,00	14,00	90,00	1,00
к/к	к/к	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,80	0,70	16,40	78	0,60	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				18,50	19,30	98,60	744	0,14	1,30	0,01	0,50	238,30	61,30	318,00	3,10

Обед

2011	71/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (КУСОЧКОМ)	60	0,20	0,00	2,30	11	0,06	0,20	0,10	1,30	12,40	0,00	0,00	0,30
2008	79	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	4,00	0,00	15,00	120	0,00	4,40	0,20	0,10	20,10	24,30	168,60	1,40
2008	272	ШНИЦЕЛЬ, МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	60/8	12,00	17,30	10,00	243	0,06	0,00	0,05	2,78	10,02	18,55	117,45	1,55
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,60	4,60	37,70	206	0,03	0,00	0,03	0,30	11,00	25,00	78,00	0,60
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТ.С	200	0,60	0,20	29,30	124	0,01	50,10	0,00	0,20	20,00	26,00	20,00	0,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	56	0,00	0,00	0,00	0,00	4,50	4,60	21,80	1,00

к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				24,00	28,00	121,30	847	0,16	64,70	0,38	6,28	83,62	102,95	423,15	5,95
Всего за день:				42,50	47,30	219,90	1 591	0,30	56,00	0,39	5,78	321,92	184,25	741,15	9,05

10 день

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,60	6,90	24,40	183	0,12	1,00	0,04	0,10	110,00	26,00	139,00	2,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,20	4,30	22,00	132	0,02	8,00	0,03	0,40	8,00	5,00	14,00	0,30
2005	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	0,30	0,10	15,20	81	0,00	3,00	0,00	0,00	7,40	5,90	8,00	1,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1,40	0,30	12,20	85	0,10	59,00	0,00	0,30	51,00	19,50	34,50	0,50
Итого за прием пищи:				10,40	12,30	90,20	638	0,24	67,00	0,07	0,80	181,20	68,80	211,80	4,10

Обед

2011	52	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	0,70	5,00	4,30	68	0,00	0,02	6,00	0,05	16,70	24,00	111,00	1,70
2008	89	РАССОЛЬНИК С КУРОЙ, СО СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,00	5,00	12,00	124	0,10	5,50	0,20	0,20	18,90	19,50	145,70	0,80
2010	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	12,40	11,20	13,00	188	0,10	7,20	0,00	2,30	22,80	23,30	110,00	1,10
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,04	0,20	47,00	29,00	89,00	1,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,20	0,00	25,70	105	0,01	52,60	0,00	0,10	8,00	3,00	5,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	58	0,00	0,00	0,00	0,50	4,50	4,80	21,60	1,00
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,90	0,70	16,40	78	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	3,30	16,30	0,30
Итого за прием пищи:				24,00	27,50	102,30	757	0,35	70,32	6,24	3,45	122,50	109,00	494,80	6,00
Всего за день:				34,40	39,80	192,50	1 295	0,59	137,32	6,31	4,25	303,70	177,80	706,60	10,10

11 день

Завтрак

2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150/5	5,60	6,40	24,80	179	0,11	1,00	0,04	0,60	114,00	29,00	145,00	2,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,00	5,00	10,30	107	0,00	0,10	0,30	0,00	135,60	7,90	88,00	0,40
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	7,00	45,00	1,00
к/к	к/к	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	60	0,60	0,20	6,00	30	0,00	30,40	0,00	0,20	25,00	8,80	13,60	0,10
к/к	к/к	ЙОГУРТ В ИНДУПАКОВКЕ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ 2,5% ЖИРНОСТИ	125	3,30	3,10	21,00	171	0,30	7,00	0,30	0,00	290,00	140,00	950,00	0,00
Итого за прием пищи:				16,00	16,00	84,50	594	0,43	39,50	0,35	0,80	628,80	192,70	1 242,60	3,50

3. - С 01.03 в рецептуре блинов лук репчатый заменяется на лук зеленый

- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей, Москва, Дели принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб, 2009. Под редакцией Купцовой Н.Н.

- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов. Москва, Хлебпродинформ, 1996.

Выход партий готовых блюд соответствует СанПиН 2.4.5.2409-03

Допускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонно замены овощей и фруктов.