

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"

Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ ИТЦ №777 Санкт-Петербурга



МЕНИЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 16 " 12 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Обед							
Овощи натуральные свежие (огурцы) (огурцы свежие)	120	2015	71	0,8	0,1	2,3	14,4
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, масло сливочное, сметана, соль)	250/5	2016	73	1,9	5,6	8,7	92,8
Мясо (говядина) тушеное с овощами в соусе (говядина, морковь, картофель, зеленый горошек, томатная паста, мука пшеничная, лук репчатый, масло сливочное, соль)	320	ТТК	11	27,0	19,5	45,9	544,8
Компот из свежих плодов (яблоки) (яблоки, сахар)	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5
Плоды свежие (груши)	100	2015	338	0,4	0,3	10,3	47,0
Вафли обогащенные (порционно)	30	ТТК	9	1,4	8,7	18,9	159,0
Итого за прием пищи:	1135			39,4	36,2	166,3	1231,5
Всего за день:				39,4	36,2	166,3	1231,5

Зав. производством

Калькулятор

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"

Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ "ИТЭП" № 77 Санкт-Петербурга



МЕНЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 17 " 12 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
8 день							
Обед							
Салат из квашеной капусты (капуста квашеная, масло растительное, сахар)	120	2008	40	1,9	6,1	9,2	99,6
Суп картофельный с клецками (картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, масло сливочное, яйца)	250/25	2016	91/128	2,1	3,4	12,1	87,3
Тефтели рыбные тушеные в сметанном соусе (филе рыбы, хлеб пшеничный, молоко или вода, лук , мука пшеничная, масло растительное, сметана, соль)	120	ТТК	10	16,8	11,5	8,5	156,1
Рис отварной (крупа рисовая, масло сливочное, соль)	200	2008	325	4,9	8,4	43,7	270,7
Компот из мандаринов (мандарины, сахар)	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5
Плоды свежие (апельсины)	100	ТТК	3	0,9	0,2	8,1	43,3
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	125	ТТК	6	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	1250			38,3	34,6	181,7	1156,5
Всего за день:				38,3	34,6	181,7	1156,5

Зав. производством

Калькулятор

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"

Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ "ИТШ № 77" Санкт-Петербурга



МЕНЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 18 " 12 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
9 день							
Обед							
Салат из свеклы отварной (свекла, масло растительное)	120	2015	52	1,7	7,2	9,9	111,4
Щи по-уральски (с крупой), с говядиной отварной и сметаной (крупа, томатная паста , капуста квашеная, морковь, лук репчатый, масло растительное, говядина, сметана, соль)	250/5/5	2016	78/289	3,5	5,8	7,6	95,9
Птица, тушенная в соусе с овощами (грудка куриная, морковь, картофель, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, сметана, томатная паста, мука пшеничная, соль)	320	ТТК	16	20,0	18,9	41,6	402,7
Сок фруктовый (яблочный)	200	2015	389	1,0	0,0	20,2	84,8
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5
Фрукты свежие (мандарины)	100	ТТК	4	0,8	0,2	7,5	38,0
Печенье обогащенное (порционно)	20	ТТК	8	1,4	2,6	14,6	88,0
Итого за прием пищи:	1130			36,1	36,5	153,7	1079,3
Всего за день:				36,1	36,5	153,7	1079,3

Зав. производством

Калькулятор

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"

Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ ИТЦ № 177 Санкт-Петербурга



МЕНЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 19 " 12 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
10 день							
Обед							
Салат из моркови и яблок с яйцом (морковь, яблоки свежие, яйцо, масло растительное)	120	2015	65	2,1	1,4	14,7	79,3
Суп картофельный с бобовыми (фасоль) (картофель, фасоль, лук репчатый, морковь, масло растительное, соль)	250	2016	87	5,1	5,3	16,1	133,3
Бефстроганов из отварной говядины (говядина, лук репчатый, масло растительное, мука пшеничная, сметана, соль)	120	ТТК	13	12,9	17,4	2,7	195,6
Макаронные изделия отварные (макаронные изделия, масло сливочное, соль)	200	2008	331	7,3	6,4	41,7	254,7
Компот из смеси сухофруктов (яблоки, груши, чернослив, урюк, курага, изюм, сахар)	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5
Плоды свежие (бананы)	100	ТТК	5	1,5	0,2	21,8	95,0
Итого за прием пищи:	1100			37,2	32,6	181,0	1147,4
Всего за день:				37,2	32,6	181,0	1147,4

Зав. производством

Калькулятор

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"

Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ "ИТШ №77" Санкт-Петербурга



МЕНЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 20 " 12 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
11 день							
Обед							
Салат из свежих помидоров и огурцов (помидоры свежие, огурцы свежие, лук репчатый, масло растительное, соль)	120	2016	15	1,2	7,4	4,5	89,0
Суп из овощей со сметаной (капуста свежая б/к, картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло сливочное, сметана, соль)	250/5	2008	95	3,2	5,0	10,4	99,0
Плов из птицы (грудка куриная, масло сливочное, морковь, лук репчатый, томатная паста, крупа рисовая, соль)	320	ТТК	17	19,2	17,0	33,0	394,6
Компот из плодов или ягод сушеных (курага) (курага, сахар)	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5
Плоды свежие (апельсины)	100	ТТК	3	0,9	0,2	8,1	43,3
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	125	ТТК	6	3,5	3,1	13,8	100,0
Итого за прием пищи:	1230			36,7	34,6	156,3	1126,4
Всего за день:				36,7	34,6	156,3	1126,4

Зав. производством

Калькулятор

"УТВЕРЖДЕНО"

Генеральный директор ООО "СП Выборгский"
Сорокина Н.Е.



"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ ЦОИ №777" Санкт-Петербурга



МЕНЮ

бюджетное питание 12-18 лет (комплексный обед)

На " 21 " _____ 2024-2025 год

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы,	Энергетическая ценность, ккал.			
	г			Всего	Всего	Всего				
								г	г	г
12 день										
Обед										
Винегрет овощной (картофель, свекла, морковь, огурцы соленые, капуста квашеная, лук репчатый, масло растительное)	120	2008	51	1,7	12,1	7,9	147,6			
Рассольник домашний со сметаной (капуста свежая, картофель, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, сметана, соль)	250/5	2016	81	2,2	5,8	15,0	121,3			
Запеканка картофельная с печенью (печень говяжья, масло растительное, картофель, лук репчатый, сухари панировочные, масло сливочное, соль)	320	ТТК	15	21,7	15,9	54,3	432,0			
Сок фруктовый (мультифрукт)	200	ТТК	18	0,2	0,0	20,1	93,0			
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами (хлеб ржаной)	60	ТТК	2	4,1	0,5	27,5	132,0			
Батон обогащенный микронутриентами (хлеб пшеничный)	50	ТТК	1	3,6	1,3	24,8	126,5			
Плоды свежие (яблоки)	100	2015	338	0,4	0,4	9,8	47,0			
Итого за прием пищи:	1105			33,9	36,0	159,4	1099,4			
Всего за день:				33,9	36,0	159,4	1099,4			

Зав. производством

Калькулятор