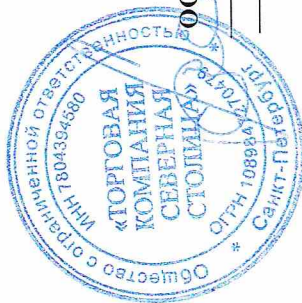




Согласовано  
 Директор ФБОУ  
 [Подпись]  
 \_\_\_\_\_ г.



Утверждено  
 Генеральный директор  
 ООО "ТК Северная Столица"  
 Левин Д.А.  
 \_\_\_\_\_ г.

Циклично-двухдневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)						
								Всего	Всего	Всего	Всего	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>1 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200/5	2008	184	8,20	6,82	33,92	230,00	0,17	1,32	0,050	0,26	142,96	228,63	70,10	2,64				
Булочка с повидлом	30/5/20	2008	2	1,69	3,63	29,28	156,50	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69				
Чай с молоком и сахаром	200	2021	54-4гн	1,60	1,40	8,60	53,50	0,01	0,30	0,007	0,00	57,30	46,30	9,90	0,80				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
Макарон слизней	100	2	Реестр ТК	0,81	0,31	11,54	52,00	0,06	26,70	0,000	0,20	37,00	20,00	12,00	0,15				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>590</b>			<b>13,95</b>	<b>12,73</b>	<b>96,44</b>	<b>556,35</b>	<b>0,32</b>	<b>28,80</b>	<b>0,100</b>	<b>1,42</b>	<b>252,86</b>	<b>345,08</b>	<b>107,60</b>	<b>4,64</b>				
<b>Обед</b>																			
Помидор свежий (кусочком)	80	2021	54-3з	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	15,00	0,008	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54				
Суп картофельный с макаронными изделиями, курой и сметаной	200/10/5	2008	100	3,65	3,35	19,10	121,15	0,08	6,40	0,155	0,25	23,60	65,57	22,25	1,07				
Жаркое по-домашнему из свинины	250	2017	259	17,40	20,70	20,51	337,94	0,04	0,00	0,060	2,20	10,00	154,00	20,00	2,00				
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	292,00	20,00	0,54				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>			<b>25,14</b>	<b>25,24</b>	<b>97,69</b>	<b>718,68</b>	<b>0,28</b>	<b>71,40</b>	<b>0,234</b>	<b>3,83</b>	<b>71,44</b>	<b>594,37</b>	<b>89,40</b>	<b>5,91</b>				
<b>Всего за день:</b>	<b>1410</b>			<b>39,09</b>	<b>37,97</b>	<b>194,13</b>	<b>1275,03</b>	<b>0,60</b>	<b>100,20</b>	<b>0,334</b>	<b>5,25</b>	<b>324,30</b>	<b>939,45</b>	<b>197,00</b>	<b>10,55</b>				

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)					
								Всего	Всего	Всего	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>2 день</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
Омлет натуральный	170	2008	214	15,40	16,05	19,09	282,41	0,09	0,00	0,377	4,01	128,59	281,35	21,62	3,15			
Бутерброд с сыром	30/10	2008	3	4,54	3,17	14,64	105,25	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52			
Кофейный напиток с молоком	200	2021	54-23гн	3,80	3,50	15,68	109,40	0,00	0,65	0,016	0,00	138,75	133,75	38,38	1,38			
Яблоко свежее	150	4	Реестр ТК	0,47	0,47	12,54	56,40	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>			<b>24,21</b>	<b>23,19</b>	<b>61,95</b>	<b>553,46</b>	<b>0,18</b>	<b>12,76</b>	<b>0,421</b>	<b>4,80</b>	<b>441,14</b>	<b>562,70</b>	<b>84,90</b>	<b>7,69</b>			
<b>Обед</b>																		
Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатый лук, с 01.03 с луком зеленым)	80	2021	54-163	1,00	7,10	5,40	89,50	0,02	3,01	0,200	3,62	16,00	29,00	13,00	0,60			
Суп картофельный с рыбой	200/20	2008	98	4,24	2,75	15,97	105,25	0,10	12,98	0,156	1,53	24,16	89,62	24,43	0,91			
Компота рубленая из птицы с соусом молочным	120	2008	314/366	19,00	15,44	18,32	288,00	0,10	16,00	0,140	3,64	94,00	191,60	41,60	2,12			
Рис отварной с овощами	150	2016	334	3,00	4,30	27,13	159,25	0,04	0,78	0,000	0,20	11,31	72,02	25,35	0,58			
Компот из сухофруктов	200	2021	54-1хн	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,00	0,015	0,05	50,00	4,00	2,00	0,10			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40			
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36			
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>845</b>			<b>31,17</b>	<b>30,66</b>	<b>120,42</b>	<b>881,75</b>	<b>0,34</b>	<b>32,77</b>	<b>0,514</b>	<b>9,80</b>	<b>208,91</b>	<b>453,44</b>	<b>121,53</b>	<b>6,07</b>			
<b>Всего за день:</b>	<b>1405</b>			<b>55,38</b>	<b>53,85</b>	<b>182,37</b>	<b>1435,21</b>	<b>0,52</b>	<b>45,53</b>	<b>0,935</b>	<b>14,60</b>	<b>650,05</b>	<b>1016,14</b>	<b>206,43</b>	<b>13,76</b>			

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				
								Всего	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>3 день</b>																
<b>Завтрак</b>																
Запеканка из творога со стухленным молоком	160	2008	224	16,60	13,70	35,70	332,00	0,09	0,20	0,009	0,79	276,70	343,30	40,40	1,16	
Бургер/брод с маслом	30/5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,90	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61	
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2021	54-3гп	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,000	0,01	6,90	8,50	4,60	0,80	
Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	210	5	Реестр ТК	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>610</b>			<b>21,82</b>	<b>23,38</b>	<b>68,70</b>	<b>571,90</b>	<b>0,16</b>	<b>4,24</b>	<b>0,065</b>	<b>1,24</b>	<b>487,30</b>	<b>479,65</b>	<b>60,90</b>	<b>2,75</b>	
<b>Обед</b>																
Салат "Столичный"	80	2018	74	6,08	8,50	10,12	141,30	0,06	2,18	0,152	2,26	17,29	124,26	39,95	1,00	
Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	200/10/5	2008	91	4,57	4,84	13,40	115,16	0,08	7,98	0,210	0,25	20,86	72,75	22,58	1,05	
Котлета рыбная с соусом томатным	100	2008	239/564	9,88	10,64	18,91	210,80	0,09	0,20	0,072	4,16	47,40	165,40	18,80	1,48	
Картофельное пюре	150	2008	335	3,10	5,30	20,30	141,00	0,14	5,00	0,040	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10	
Сок фруктовый яблочный	200	2008	442	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80	
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40	
Батон обогащенный микронутриентами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>			<b>27,26</b>	<b>30,61</b>	<b>118,83</b>	<b>859,01</b>	<b>0,47</b>	<b>19,36</b>	<b>0,477</b>	<b>7,83</b>	<b>159,99</b>	<b>528,61</b>	<b>133,48</b>	<b>9,19</b>	
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>			<b>49,08</b>	<b>53,99</b>	<b>187,53</b>	<b>1430,91</b>	<b>0,63</b>	<b>23,60</b>	<b>0,542</b>	<b>9,07</b>	<b>647,29</b>	<b>1008,26</b>	<b>194,38</b>	<b>11,94</b>	



**Циклическое двухдневное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С	А	Е
<b>4 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
Плов из птицы	150	2017	291	12,51	6,71	27,34	219,80	0,11	4,90	0,020	0,41	27,07	142,00	40,45	1,40
Бургер/брод с повидлом	30/5/20	2008	2	1,69	3,63	29,28	156,50	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69
Какао с молоком	200	2021	54-21гл	4,50	4,35	12,50	107,20	0,04	0,68	0,017	1,10	143,00	130,00	34,30	1,10
Груша свежая	200	6	Реестр ТК	0,80	0,60	20,60	94,00	0,04	10,00	0,000	0,80	38,00	32,00	24,00	4,60
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>605</b>			<b>19,50</b>	<b>15,29</b>	<b>89,72</b>	<b>577,50</b>	<b>0,24</b>	<b>16,06</b>	<b>0,077</b>	<b>2,91</b>	<b>217,97</b>	<b>334,65</b>	<b>110,45</b>	<b>7,79</b>
<b>Обед</b>															
Огурец свежий (кусочком)	80	2021	54-2з	0,45	0,08	1,50	8,47	0,02	6,00	0,006	4,08	13,80	25,20	8,40	0,36
Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	200/5	2008	76	2,43	3,95	9,46	83,60	0,06	8,78	0,165	0,13	38,80	49,45	20,45	1,03
Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	120	2008	272/564	15,24	16,40	13,88	264,80	0,08	0,40	0,036	3,64	13,20	168,00	25,60	2,08
Рагу овощное (3-й вариант)	150	2008	351	4,20	8,20	15,70	153,60	0,70	13,20	0,900	0,50	52,80	105,60	31,20	1,32
Квицель из курятины	200	2008	406	0,70	0,10	37,00	151,00	0,02	0,00	0,000	1,10	28,00	24,00	15,00	0,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>830</b>			<b>26,45</b>	<b>29,80</b>	<b>111,34</b>	<b>820,22</b>	<b>0,96</b>	<b>28,38</b>	<b>1,110</b>	<b>10,21</b>	<b>160,04</b>	<b>439,45</b>	<b>115,80</b>	<b>6,95</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1435</b>			<b>45,95</b>	<b>45,09</b>	<b>201,06</b>	<b>1397,72</b>	<b>1,20</b>	<b>44,44</b>	<b>1,187</b>	<b>13,12</b>	<b>378,01</b>	<b>774,10</b>	<b>226,25</b>	<b>14,74</b>

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								Всего	Всего	Всего	Всего	B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>5 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Макаронные изделия с сыром	160	2008	211	8,73	10,50	36,30	274,60	0,69	0,00	0,140	1,10	127,40	113,50	10,38	0,98				
Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	7	Реестр ТК	0,03	0,03	27,90	112,00	0,07	0,00	0,030	0,54	8,75	4,20	2,10	0,49				
Чай с сахаром	200	2021	54-2гн	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,00	0,000	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00				
Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	210	5	Реестр ТК	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>605</b>			<b>11,48</b>	<b>15,78</b>	<b>82,40</b>	<b>517,50</b>	<b>0,78</b>	<b>2,88</b>	<b>0,213</b>	<b>1,64</b>	<b>337,35</b>	<b>226,50</b>	<b>22,48</b>	<b>2,65</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат из кашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	80	2008	40	1,28	4,08	6,16	66,50	0,02	21,60	0,024	1,84	39,20	22,40	12,00	0,56				
Суп овощной со сметаной и гречками	200/5/1	2008	95	4,16	4,18	20,11	134,60	0,09	8,80	0,150	0,62	32,90	60,45	21,05	0,94				
Запеканка картофельная с мясом	250	2008	299	17,60	25,20	40,80	460,40	0,28	24,00	0,040	6,20	36,00	262,00	70,00	4,00				
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	292,00	20,00	0,54				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>825</b>			<b>26,47</b>	<b>34,53</b>	<b>122,87</b>	<b>908,25</b>	<b>0,51</b>	<b>104,40</b>	<b>0,225</b>	<b>9,62</b>	<b>137,54</b>	<b>704,05</b>	<b>138,20</b>	<b>7,80</b>				
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>			<b>37,95</b>	<b>50,31</b>	<b>205,27</b>	<b>1425,75</b>	<b>1,29</b>	<b>107,28</b>	<b>0,438</b>	<b>11,26</b>	<b>474,89</b>	<b>930,55</b>	<b>160,68</b>	<b>10,45</b>				

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								Всего	Всего	Всего	Всего	B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>6 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Оладьи из печени	150	2008	290	16,70	25,50	28,60	410,00	0,42	51,00	11,970	8,70	18,00	468,00	30,00	12,00				
Молоко кипяченое	200	2008	434	6,10	5,30	10,10	112,50	0,08	3,00	0,020	0,00	252,00	189,00	29,00	2,00				
Бутерброд с сыром	30/10	2008	3	4,54	3,17	14,64	105,25	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52				
Яблоко свежее	150	4	Реестр ТК	0,47	0,47	12,54	56,40	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>570</b>			<b>29,46</b>	<b>35,01</b>	<b>78,98</b>	<b>748,50</b>	<b>0,61</b>	<b>66,11</b>	<b>12,021</b>	<b>9,85</b>	<b>449,50</b>	<b>824,10</b>	<b>87,80</b>	<b>17,52</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат из свежеслы отварной	80	2021	54-133	1,10	3,60	6,10	61,20	0,01	3,04	0,000	0,56	26,00	29,00	15,00	0,90				
Пирог свежий капустный с картофелем, курицей и сельдереем	200/10/5	2008	84	4,65	5,70	6,48	95,80	0,06	19,40	0,180	0,40	40,20	58,40	20,40	0,80				
Рыба запеченная	100	2008	233	12,20	10,80	17,40	216,00	0,00	0,00	0,080	3,20	22,00	174,00	8,00	0,60				
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	23,50	148,00	0,15	21,00	0,042	0,20	21,00	79,00	30,00	1,20				
Сок фруктовый яблочный	200	2008	442	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>			<b>24,48</b>	<b>26,13</b>	<b>109,58</b>	<b>771,75</b>	<b>0,32</b>	<b>47,44</b>	<b>0,305</b>	<b>5,32</b>	<b>136,64</b>	<b>421,60</b>	<b>96,55</b>	<b>8,06</b>				
<b>Всего за день:</b>	<b>1390</b>			<b>53,94</b>	<b>61,14</b>	<b>188,56</b>	<b>1520,25</b>	<b>0,93</b>	<b>113,55</b>	<b>12,326</b>	<b>15,17</b>	<b>586,14</b>	<b>1245,70</b>	<b>184,35</b>	<b>25,58</b>				



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
<b>7 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200/5	2008	184	8,51	5,24	42,86	253,00	0,19	1,25	0,060	0,20	133,61	204,22	56,76	1,52				
Бутерброд с маслом	30/5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,90	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61				
Какао с молоком	200	2021	54-21гн	4,50	4,35	12,50	107,20	0,04	0,68	0,017	1,10	143,00	130,00	34,30	1,10				
Груша свежая	200	6	Реестр ТК	0,80	0,60	20,60	94,00	0,04	10,00	0,000	0,80	38,00	32,00	24,00	4,60				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>640</b>			<b>16,21</b>	<b>14,62</b>	<b>90,56</b>	<b>562,10</b>	<b>0,32</b>	<b>11,93</b>	<b>0,110</b>	<b>2,54</b>	<b>322,11</b>	<b>393,27</b>	<b>124,96</b>	<b>7,83</b>				
<b>Обед</b>																			
Помидор свежий (кусочком)	80	2021	54-3з	0,66	0,12	2,28	12,84	0,04	15,00	0,008	0,42	8,40	15,60	12,00	0,54				
Суп картофельный с горохом, с грибами	200/15	2008	99	6,77	3,75	26,73	168,30	0,16	4,80	0,170	0,69	44,50	112,70	33,40	1,82				
Виточки по-белорусски	100	2008	289	21,00	22,40	1,20	290,00	0,06	0,00	0,020	3,20	18,00	206,00	24,00	4,00				
Кануста тушеная (свежая)	150	2008	346	3,80	4,30	9,80	93,00	0,04	27,00	0,110	0,30	90,00	59,00	29,00	1,20				
Компот из сухофруктов	200	2021	54-1хн	0,50	0,00	19,80	81,00	0,00	0,00	0,015	0,05	50,00	4,00	2,00	0,10				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микроулучшенными	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>			<b>36,16</b>	<b>31,64</b>	<b>93,61</b>	<b>803,89</b>	<b>0,38</b>	<b>46,80</b>	<b>0,326</b>	<b>5,42</b>	<b>224,34</b>	<b>464,50</b>	<b>115,55</b>	<b>9,42</b>				
<b>Всего за день:</b>	<b>1460</b>			<b>52,37</b>	<b>46,26</b>	<b>184,17</b>	<b>1365,99</b>	<b>0,70</b>	<b>58,73</b>	<b>0,436</b>	<b>7,96</b>	<b>546,45</b>	<b>857,77</b>	<b>240,51</b>	<b>17,25</b>				

**Циклическое двухдневное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								Всего	г	Всего	г	Всего	г	В1	С
<b>8 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
Запеканка из творога со стухенным молоком	160	2008	224	16,60	13,70	35,70	332,00	0,09	0,20	0,009	0,79	276,70	343,30	40,40	1,16
Бутерброд с сыром	30/10	2008	3	4,54	3,17	14,64	105,25	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52
Кофейный напиток с молоком	200	2021	54-23гн	3,80	3,50	15,68	109,40	0,00	0,65	0,016	0,00	138,75	133,75	38,38	1,38
Апельсин свежий	160	8	Реестр ТК	1,44	0,32	12,96	68,80	0,06	96,00	0,000	0,32	54,40	36,80	20,80	0,48
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>560</b>			<b>26,38</b>	<b>20,69</b>	<b>78,98</b>	<b>615,45</b>	<b>0,19</b>	<b>96,96</b>	<b>0,053</b>	<b>1,42</b>	<b>624,45</b>	<b>648,25</b>	<b>113,68</b>	<b>3,54</b>
<b>Обед</b>															
Салат "Свеколка"	80	2008	50	6,40	8,08	12,16	147,20	0,02	5,60	0,024	3,84	38,40	44,80	22,40	1,52
Суп картофельный с макаронными изделиями, курица и овощами	200/10/5	2008	100	3,65	3,35	19,10	121,15	0,08	6,40	0,155	0,25	23,60	65,57	22,25	1,07
Тертая рыба	100	2021	54-12р	14,10	2,60	8,60	114,30	0,07	0,32	0,022	1,68	25,00	168,00	24,00	0,70
Рагу овощное (3-й вариант)	150	2008	351	4,20	8,20	15,70	153,60	0,70	13,20	0,900	0,50	52,80	105,60	31,20	1,32
Сок фруктовый яблочный	200	2008	442	0,20	0,26	22,30	92,00	0,02	4,00	0,000	0,20	14,00	14,00	8,00	2,80
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>820</b>			<b>31,98</b>	<b>23,56</b>	<b>111,66</b>	<b>787,00</b>	<b>0,97</b>	<b>29,52</b>	<b>1,104</b>	<b>7,23</b>	<b>167,24</b>	<b>465,17</b>	<b>123,00</b>	<b>9,17</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1380</b>			<b>58,36</b>	<b>44,25</b>	<b>190,64</b>	<b>1402,45</b>	<b>1,17</b>	<b>126,48</b>	<b>1,157</b>	<b>8,65</b>	<b>791,69</b>	<b>1113,42</b>	<b>236,68</b>	<b>12,71</b>



**Циклическое двухдневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>9 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Омлет натуральный	170	2008	214	15,40	16,05	19,09	282,41	0,09	0,00	0,377	4,01	128,59	281,35	21,62	3,15				
Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	7	Рецепт ТК	0,03	0,03	27,90	112,00	0,07	0,00	0,050	0,54	8,75	4,20	2,10	0,49				
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2021	54-Эпг	0,30	0,00	6,70	27,90	0,00	1,16	0,000	0,01	6,90	8,50	4,60	0,80				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Рецепт ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке	210	5	Рецепт ТК	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18				
Итого за прием пищи:	<b>650</b>			<b>19,90</b>	<b>21,90</b>	<b>78,49</b>	<b>590,76</b>	<b>0,21</b>	<b>4,04</b>	<b>0,453</b>	<b>4,92</b>	<b>346,14</b>	<b>414,35</b>	<b>38,22</b>	<b>4,98</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат "Столичный"	80	2018	74	6,08	8,50	10,12	141,30	0,06	2,18	0,152	2,26	17,29	124,26	39,95	1,00				
Суп овощной со сметаной и грибами	200/5/1	2008	95	4,16	4,18	20,11	134,60	0,09	8,80	0,150	0,62	32,90	60,45	21,05	0,94				
Голубцы ленивые	247	2016	315,00	19,11	13,75	29,19	317,55	0,21	26,70	0,050	0,87	89,75	242,62	61,40	2,30				
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114,00	0,01	2,00	0,000	0,20	7,00	4,00	4,00	1,00				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Рецепт ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Рецепт ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
Итого за прием пищи:	<b>822</b>			<b>32,98</b>	<b>27,70</b>	<b>121,12</b>	<b>866,20</b>	<b>0,45</b>	<b>39,68</b>	<b>0,355</b>	<b>4,71</b>	<b>160,38</b>	<b>498,53</b>	<b>141,55</b>	<b>7,00</b>				
Всего за день:	<b>1472</b>			<b>52,88</b>	<b>49,60</b>	<b>199,61</b>	<b>1456,96</b>	<b>0,66</b>	<b>43,72</b>	<b>0,808</b>	<b>9,64</b>	<b>506,52</b>	<b>912,88</b>	<b>179,77</b>	<b>11,98</b>				



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
								Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>11 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Пудинг из творога с соусом молочным (сладким)	170	2008	225	20,28	15,34	32,90	351,00	0,09	0,00	0,140	0,78	193,70	265,20	33,80	1,56				
Бутерброд с сыром	30/10	2008	3	4,54	3,17	14,64	105,25	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52				
Кофейный напиток с молоком	200	2021	54-23гн	3,80	3,50	15,68	109,40	0,00	0,65	0,016	0,00	138,75	133,75	38,38	1,38				
Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	210	5	Реестр ТК	2,52	5,25	11,70	104,10	0,02	2,88	0,023	0,00	196,20	100,80	6,00	0,18				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>620</b>			<b>31,14</b>	<b>27,26</b>	<b>74,92</b>	<b>669,75</b>	<b>0,15</b>	<b>3,64</b>	<b>0,207</b>	<b>1,09</b>	<b>683,25</b>	<b>634,15</b>	<b>92,28</b>	<b>3,64</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат из квашеной капусты (до 01.03. с речными луком, с 01.03. с луком зеленым)	80	2008	40	1,28	4,08	6,16	66,50	0,02	21,60	0,024	1,84	39,20	22,40	12,00	0,56				
Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	200/5	2008	76	2,43	3,95	9,46	83,60	0,06	8,78	0,165	0,13	38,80	49,45	20,45	1,03				
Рыба запеченная	100	2008	233	12,20	10,80	17,40	216,00	0,00	0,00	0,080	3,20	22,00	174,00	8,00	0,60				
Картофельное пюре	150	2008	335	3,10	5,30	20,30	141,00	0,14	5,00	0,040	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10				
Сок фруктовый мультифрукт	200	2008	442	0,00	0,00	22,00	88,00	0,04	50,00	0,008	0,20	16,00	292,00	20,00	0,54				
Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40				
Батон обогащенный микронутриентами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>			<b>22,44</b>	<b>25,20</b>	<b>109,12</b>	<b>753,85</b>	<b>0,34</b>	<b>85,38</b>	<b>0,320</b>	<b>6,33</b>	<b>176,44</b>	<b>690,05</b>	<b>104,60</b>	<b>5,59</b>				
<b>Всего за день:</b>	<b>1430</b>			<b>53,58</b>	<b>52,46</b>	<b>184,04</b>	<b>1423,60</b>	<b>0,49</b>	<b>89,02</b>	<b>0,527</b>	<b>7,42</b>	<b>859,69</b>	<b>1324,20</b>	<b>196,88</b>	<b>9,23</b>				



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 260,90 руб. (завтрак - 104,40 руб., обед - 156,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки, Всего г	Жиры, Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
								B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe
<b>12 день</b>															
<b>Завтрак</b>															
Каша из пшена и риса жидкая молочная с маслом сливочным "Дружба"	200	2008	190	6,16	6,37	26,73	189,00	0,10	2,00	0,080	0,20	182,00	172,00	34,00	0,00
Бульбобор с маслом	30/5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,90	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61
Чай с сахаром	200	2021	54-2гн	0,20	0,00	6,50	26,80	0,00	0,00	0,000	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00
Магларин снежий	100	2	Реестр ТК	0,81	0,31	11,54	52,00	0,06	26,70	0,000	0,20	37,00	20,00	12,00	0,15
Печенье	25	8	Реестр ТК	1,87	2,45	18,60	104,20	0,02	0,00	0,000	1,10	0,87	7,25	5,00	0,52
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	9	Реестр ТК	2,80	2,50	13,00	85,60	0,04	0,50	0,030	0,00	136,00	106,20	16,25	0,10
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>685</b>			<b>14,24</b>	<b>16,06</b>	<b>90,97</b>	<b>565,50</b>	<b>0,27</b>	<b>29,20</b>	<b>0,143</b>	<b>1,94</b>	<b>368,37</b>	<b>340,50</b>	<b>81,15</b>	<b>2,38</b>
<b>Обед</b>															
Винегрет с растительным маслом (до 01,03 с репчатый лук, с 01,03 с луком зеленым)	80	2021	54-168	1,00	7,10	5,40	89,50	0,02	3,01	0,100	3,62	16,00	29,00	13,00	0,60
Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200/5	2008,00	91,00	2,27	4,11	14,12	102,40	0,09	6,40	0,170	0,20	24,40	61,45	21,25	0,81
Печень по-строгановски	100	2008,00	256,00	14,60	12,45	13,85	225,00	0,33	12,97	9,476	1,20	24,22	362,85	22,91	7,77
Рис отварной	150	2008,00	325,00	3,70	6,30	32,80	203,00	0,02	0,00	0,050	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114,00	0,01	2,00	0,000	0,20	7,00	4,00	4,00	1,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	45	3	Реестр ТК	1,78	0,50	20,70	94,40	0,05	0,00	0,000	0,40	7,74	47,70	11,25	1,40
Батон обогащенный микроэлементами	30	1	Реестр ТК	1,65	0,57	13,10	64,35	0,03	0,00	0,003	0,36	5,70	19,50	3,90	0,36
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>810</b>			<b>25,20</b>	<b>31,23</b>	<b>127,87</b>	<b>892,65</b>	<b>0,55</b>	<b>24,38</b>	<b>9,799</b>	<b>6,28</b>	<b>88,06</b>	<b>585,50</b>	<b>95,31</b>	<b>12,54</b>
<b>Всего за день:</b>	<b>1495</b>			<b>39,44</b>	<b>47,29</b>	<b>218,84</b>	<b>1458,15</b>	<b>0,82</b>	<b>53,58</b>	<b>9,942</b>	<b>8,22</b>	<b>456,43</b>	<b>926,00</b>	<b>176,46</b>	<b>14,92</b>
<b>Итого за 12 дней средняя:</b>				<b>48,02</b>	<b>48,74</b>	<b>196,54</b>	<b>1418,09</b>	<b>0,84</b>	<b>70,61</b>	<b>2,432</b>	<b>10,12</b>	<b>546,31</b>	<b>971,58</b>	<b>196,01</b>	<b>13,70</b>
Средняя сбалансированность за 12 дней				<b>1</b>	<b>1</b>	<b>4</b>									

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, Речь, 2008, -200 с. под редакцией Куткиной М.Н.
- Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Москва Дели плюс 2016. Редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Дели плюс 2017. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. -18 изд. СПб : Профи, 2018 -776 с. Составители : Голунова Л.Е., Лабзина М.Т.
- Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей . Новосибирск 2021 .288 с.
- Реестр технологических карт ООО "ТК Северная Столица"