

ОГЛАСОВАНО

директор



1313  
Морозов



Еженедельное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (комплексный обед)

для предоставления питания учащимся 9-11 кадетских классов общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

| Наименование  | Выход, г | Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|----------|---|---------------------------------------|----------|---------|-------------|--------------------------------|
| 8 день 12 05 2026 г                                   |          |   |                                       |          |         |             |                                |
| Комплексный обед                                      |          |   |                                       |          |         |             |                                |
| салат из квашеной капусты                             | 150      | 2024  | 40                                    | 2,40     | 7,65    | 12,15       | 127,50                         |
| уп из овощей с птицей и сметаной                      | 290/5/5  | 2024  | 100                                   | 3,50     | 6,61    | 12,29       | 122,20                         |
| отлета рыбная любительская                            | 130      | 2024  | 259                                   | 48,38    | 48,15   | 136,45      | 906,53                         |
| рис припущенный                                       | 230      | 2024  | 350                                   | 5,37     | 6,29    | 54,74       | 297,47                         |
| компот из апельсинов                                  | 200      | 2024  | 422                                   | 0,40     | 0,10    | 10,00       | 43,00                          |
| афли обогащенные                                      | 20       | 2021  | 580                                   | 0,78     | 6,12    | 12,50       | 108,20                         |
| пельмени  | 300      | 2008  | 9,6                                   | 2,70     | 0,60    | 24,30       | 113,40                         |
| леб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами       | 70       | 2021  | 575                                   | 4,76     | 0,91    | 27,86       | 138,60                         |
| хлеб нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами | 70       | 2021  | 576                                   | 5,25     | 2,03    | 35,98       | 182,70                         |
| Итого за прием пищи:                                  | 1470     |   |                                       | 73,54    | 78,45   | 326,27      | 2039,60                        |
| Всего за день:  |          |   |                                       | 73,54    | 78,45   | 326,27      | 2039,60                        |