



Согласовано  
Директор ГБОУ школы № 398

Колоколова Н.П.  
г.

Утверждено  
Генеральный директор  
ООО "Северная Столица"

Левин Д.А.  
г.

Циклическое двухнедельное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)  
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для дополнительных столовых)



Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				г	г	г	г	г	г		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe		
<b>1 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Омлет натуральный	140	2008	214	13,49	21,94	2,54	261,6	0,08	0,00	0,310	3,30	105,90	231,70	17,80	2,60					
Бутерброд с сыром	30/10	2008	3	5,77	2,41	14,64	103	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52					
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,000	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24					
Йогурт фруктовый в нид. упаковке произведителя, массовая доля жира 2,5%	125	к/к	к/к	3	3,1	15,9	103	0,02	0,5	0,03	0	132	860	112	0					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,70</b>	<b>27,99</b>	<b>68,05</b>	<b>620,40</b>	<b>0,18</b>	<b>0,61</b>	<b>0,37</b>	<b>3,97</b>	<b>404,38</b>	<b>1276,50</b>	<b>157,90</b>	<b>5,36</b>					
<b>Обед</b>																				
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	80	2008	40	1,28	4,08	6,16	66,5	0,02	21,60	0,024	1,84	39,20	22,40	12,00	0,56					
Суп картофельный с макаронными изделиями, сметаной и курой	200/10/10	2008	100	5,78	5,10	16,28	134,3	0,10	6,42	0,160	0,28	28,00	71,62	22,70	1,08					
Жаркое по-домашнему из свинины	200	2017	259	14,06	33,71	18,90	435,2	0,42	7,70	0,000	7,08	32,80	205,60	49,00	3,45					
Напиток из плодов шиповника	200	2008	441	0,70	0,30	24,40	103	0,01	200,00	0,160	0,10	13,00	3,00	3,00	1,00					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,06</b>	<b>43,63</b>	<b>85,71</b>	<b>831,80</b>	<b>0,59</b>	<b>235,72</b>	<b>0,34</b>	<b>9,66</b>	<b>119,88</b>	<b>345,02</b>	<b>96,70</b>	<b>7,33</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>48,76</b>	<b>71,62</b>	<b>153,76</b>	<b>1452,20</b>	<b>0,77</b>	<b>236,33</b>	<b>0,71</b>	<b>13,63</b>	<b>524,26</b>	<b>1621,52</b>	<b>254,60</b>	<b>12,69</b>					

Индивидуальное бухгалтерское ведомство питания (загряд; общ) стоимостью 188,00 руб. (загряд - 68,50 руб., общ - 119,50 руб.)

для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга

с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для дошкольных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность, ккал	В1	С	А	Е	Са	P	Mg	Fe
				Всего	г	Всего	г	Всего	г												
2 день.																					
Загряд																					
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	200,5	2008	184	8,20	10,45	33,99	263	0,17	1,32	0,050	0,26	144,16	230,13	70,10	2,65						
Бутерброд с повидлом	3045,20	2008	2	2,50	4,43	28,85	163,1	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69						
Кофейный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,09	0,010	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00						
Яблочное желе	120	к/к	к/к	0,48	0,48	12,54	56,4	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64						
Итого за прием пищи:				12,68	16,66	97,78	589,50	0,28	14,80	0,10	1,34	234,26	318,98	99,60	6,98						
Общ																					
Выходует овошью до 01.03 с расчетом луком, с 01.03 с луком (задолны)	80	2008	51	1,12	8,08	5,28	98,4	0,02	12,00	0,200	3,68	30,40	28,80	15,20	0,80						
Суп картофельный с горохом, с грибами	200/15	2008	99	6,77	3,75	26,73	168,3	0,16	4,80	0,170	0,69	44,50	112,70	33,40	1,82						
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	2008	314/366	16,94	13,40	15,96	252	0,09	14,40	0,130	3,28	79,80	152,40	35,00	1,86						
Макаронные изделия отварные	150	2008	331	5,50	4,80	31,30	191	0,06	0,00	0,030	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80						
Компот из сухофруктов с витамином "С"	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	130	0,02	50,00	0,010	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70						
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24						
Итого за прием пищи:				33,17	30,57	130,94	932,50	0,39	81,20	0,54	9,34	193,58	395,30	116,60	7,22						
Всего за день:				48,88	47,23	228,72	1522,00	0,67	96,00	0,64	10,65	427,84	714,28	216,20	14,20						

Низкокалорийное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 188,40 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)

Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для доготовочных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологии-чекной карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
				Всего	г	Всего	г	Всего	г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
3 день.																			
Завтрак																			
Запеканка из творога со сухими изюмом	140,20	2008	224	26,50	14,43	35,38	376,4	0,09	0,20	0,009	0,79	276,70	343,30	40,40	1,16				
Буфферод с маслом	30,5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,9	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61				
Чай с сахаром и лимон	200,7	2008	131	0,30	0,10	15,20	63	0,00	3,00	0,000	0,00	8,00	10,00	5,00	1,00				
Апельсин свежий	160	к/к	к/к	2,05	0,45	18,60	86,4	0,06	84,00	0,000	0,12	48,20	32,20	18,20	0,48				
<b>Итого за завтрак пища:</b>				<b>31,25</b>	<b>19,11</b>	<b>83,68</b>	<b>633,70</b>	<b>0,20</b>	<b>87,20</b>	<b>0,04</b>	<b>1,65</b>	<b>340,40</b>	<b>412,55</b>	<b>73,50</b>	<b>3,25</b>				
Обед																			
Салат из овощей с маслом растительным	80	2017	52	1,18	4,80	6,61	74,4	0,02	7,60	0,000	0,30	28,12	32,80	16,72	1,06				
Рисовый "Яenny Далекий" с говяжьей и сметаной	200,10/5	2008	91	4,70	5,59	13,58	123,26	0,09	8,00	0,215	0,28	25,26	75,80	23,03	1,06				
Котлета рыбная с соусом томатным	100	2008	239,364	11,82	11,84	14,14	210,8	0,09	0,20	0,072	4,16	47,40	165,40	18,80	1,48				
Картофельное пюре	150	2008	335	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,040	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10				
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114	0,01	2,00	0,000	0,20	7,00	4,00	4,00	1,00				
Хлеб ржанो-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24				
Батон обогащенный микроулучшенный	30	к/к	к/к	2,40	0,30	14,55	70,5	0,05	0,00	0,000	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60				
<b>Итого за обед пища:</b>				<b>25,64</b>	<b>28,57</b>	<b>117,05</b>	<b>826,76</b>	<b>0,44</b>	<b>22,80</b>	<b>0,33</b>	<b>5,89</b>	<b>168,56</b>	<b>431,50</b>	<b>111,45</b>	<b>7,54</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>56,89</b>	<b>47,98</b>	<b>200,73</b>	<b>1460,46</b>	<b>0,64</b>	<b>110,00</b>	<b>0,37</b>	<b>7,54</b>	<b>508,96</b>	<b>844,05</b>	<b>184,95</b>	<b>10,79</b>				

**Циклическое диетическое сбалансированное меню рацион питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)**

Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
(для дошкольных столовых)

Наименование	Векод. г	Техно-печенка и нормативы для докумен-тальной карты (сборник рецептур)	№ или техноло-гической карты	Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				г	г	г	г	В1	С		А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>4 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Каши рисовая молочная с маслом сливочным	200,5	2008	184	5,87	7,00	39,60	2,45	0,05	1,34	0,040	0,90	125,33	154,33	36,00	1,33					
Бульбурд с сыром	30,10	2008	3	5,77	2,41	14,64	103	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52					
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,010	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00					
Банан свежий	150	к/к	к/к	2,26	0,80	31,50	142	0,06	15,00	0,030	0,06	12,00	42,00	63,00	0,90					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>16,80</b>	<b>12,71</b>	<b>110,54</b>	<b>624,00</b>	<b>0,19</b>	<b>17,45</b>	<b>0,11</b>	<b>1,27</b>	<b>412,93</b>	<b>420,73</b>	<b>127,10</b>	<b>3,75</b>					
<b>Обед</b>																				
Салат "Сельдь" с маслом растительным	80	2008	50	6,40	8,08	12,16	147,2	0,02	5,60	0,020	4,80	38,40	44,80	22,40	1,52					
Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	200,10	2008	76	2,56	4,70	9,64	91,7	0,06	8,80	0,170	0,16	43,20	52,50	20,90	1,04					
Пшеница рвбениный из топинны с соусом томатный	100	2008	272/364	13,62	14,36	11,98	232,4	0,08	0,20	0,018	3,26	11,40	136,60	22,40	1,84					
Каши гречневая рассычатая	150	2008	323	3,60	4,60	37,70	206	0,03	0,00	0,030	0,30	11,00	78,00	26,00	0,60					
Компот из кураги	200	2008	401	1,00	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,030	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,42</b>	<b>32,28</b>	<b>125,65</b>	<b>912,10</b>	<b>0,25</b>	<b>14,60</b>	<b>0,27</b>	<b>9,98</b>	<b>143,88</b>	<b>383,30</b>	<b>122,70</b>	<b>6,94</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>46,22</b>	<b>44,99</b>	<b>236,19</b>	<b>1536,10</b>	<b>0,44</b>	<b>32,05</b>	<b>0,38</b>	<b>11,25</b>	<b>556,81</b>	<b>804,03</b>	<b>249,80</b>	<b>10,69</b>					

**Целевое диетическое сбалансированное меню районной горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для котловых столовых)**

Наименование	Вид, г	Технологическая и нормативная документация (оборудование рецептур)	№ рецептуры или технологической карты	Белки			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)														
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe														
<b>5 день</b>																			<b>Завтрак</b>																
Макаронные изделия с сыром	180	2008	211	9,83	16,34	27,52	336,5	0,69	0,00	0,140	1,10	127,40	113,50	10,38	1,10																				
Булочка с маслом	30,5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,9	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61																				
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,000	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00																				
Кордун фруктовый в вид. упаковке противодителя. Анисовая доля жира 2,5%	125	в/к	в/к	3	3,1	15,9	103	0,02	0,5	0,03	0	132	860	112	0																				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>15,43</b>	<b>23,97</b>	<b>83,02</b>	<b>607,40</b>	<b>0,76</b>	<b>0,50</b>	<b>0,20</b>	<b>1,54</b>	<b>271,90</b>	<b>1008,55</b>	<b>136,28</b>	<b>2,71</b>																				
<b>Обед</b>																																			
Винегрет овощной с сельдью до 0,03 с речными рыбой, с 01 03 с зеленым луком)	80/20	2008	52	4,60	11,60	5,28	144	0,04	12,00	0,200	4,00	38,40	74,80	29,40	1,08																				
Суп овощной со сметаной и грибами	200-10/15	2008	95	4,29	4,93	20,29	142,7	0,09	8,82	0,280	0,65	37,30	63,50	21,50	0,95																				
Запеканка картофельная с отварным мясом	200	2008	299	17,28	23,36	32,64	409,6	0,22	19,20	0,032	4,96	28,80	209,60	56,00	3,20																				
Напиток из плодов шиповника	200	2008	441	0,70	0,30	24,40	103	0,01	200,00	0,160	0,10	13,00	3,00	3,00	1,00																				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,34	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24																				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,11</b>	<b>40,63</b>	<b>102,58</b>	<b>892,10</b>	<b>0,40</b>	<b>240,02</b>	<b>0,67</b>	<b>10,07</b>	<b>124,38</b>	<b>393,30</b>	<b>119,90</b>	<b>7,47</b>																				
<b>Всего за день:</b>				<b>44,54</b>	<b>64,60</b>	<b>185,60</b>	<b>1499,50</b>	<b>1,16</b>	<b>240,52</b>	<b>0,88</b>	<b>11,61</b>	<b>396,28</b>	<b>1401,85</b>	<b>256,18</b>	<b>10,18</b>																				

Приложение двухквартальное сбалансированное меню районной Горночече питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)

для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с комплексацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

(для дошкольных столовых)

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	г	Всего	г	г	Всего	г	г		B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe	
6 дней																						
Завтрак																						
Каша манная молочная с маслом сливочным	200,5	2008	184	7,33	7,03	38,13	245	0,08	1,33	0,040	0,77	130,67	126,33	21,33	1,33							
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	133	0,04	1,00	0,010	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00							
Бутерброд с колбасой	30,5-70	2008	2	2,50	4,43	28,85	163,1	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69							
Банан свежий	150	к/к	к/к	2,26	0,80	31,50	142	0,06	15,00	0,030	0,06	12,00	42,00	63,00	0,90							
<b>Итого за 6 дней питания:</b>	<b>14,99</b>	<b>14,76</b>	<b>123,28</b>	<b>683,10</b>	<b>0,23</b>	<b>17,81</b>	<b>0,12</b>	<b>1,43</b>	<b>273,57</b>	<b>288,98</b>	<b>110,03</b>	<b>3,92</b>										
Обед																						
Салат из свеклы с маслом растительным	80	2017	52	1,18	4,80	6,61	74,4	0,02	7,60	0,000	0,30	28,12	32,80	16,72	1,06							
Пирог из свежей капусты с картофелем, сметаной и куррой	200-10-10	2008	84	4,65	5,70	6,48	96,8	0,06	19,40	0,180	0,40	40,20	38,40	20,40	0,80							
Рыба запеченная с картофелем порусски	200	2008	235	11,70	8,70	14,48	183	0,12	8,00	0,070	1,10	38,00	160,00	23,00	1,00							
Компот из кураги	200	2008	401	1,00	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,030	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70							
Хлеб ржанко-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24							
Батон обогащенный минеро-витамин	30	к/к	к/к	2,40	0,30	14,55	70,5	0,05	0,00	0,000	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60							
<b>Итого за 6 дней питания:</b>	<b>38,16</b>	<b>23,17</b>	<b>20,04</b>	<b>96,29</b>	<b>659,50</b>	<b>0,31</b>	<b>35,00</b>	<b>0,48</b>	<b>3,65</b>	<b>153,10</b>	<b>348,70</b>	<b>101,02</b>	<b>5,40</b>									
<b>Всего за 6 дней:</b>	<b>53,15</b>	<b>37,93</b>	<b>143,32</b>	<b>779,60</b>	<b>0,54</b>	<b>52,81</b>	<b>0,60</b>	<b>5,08</b>	<b>426,67</b>	<b>637,68</b>	<b>211,05</b>	<b>9,32</b>										

Информационное документальное обеспечение мероприятий горного питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для дошкольных столовых)

Наименование	Единица измерения	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептов)	№ рецептуры или технологической карты	Безжиры			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность (ккал, кДж)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)	
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г		В1	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
7 день																						
Завтрак																						
Запеканка из творога со свежими яблоками	140/20	2008	224	26,50	14,43	35,28	376,4	0,09	0,20	0,009	0,79	276,70	343,30	40,40	1,16							
Вутерброд с маслом	30/5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,9	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61							
Чай с сахаром и лимонном	200/7	2008	431	0,30	0,10	15,20	63	0,00	3,00	0,000	0,00	8,00	10,00	5,00	1,00							
Апельсин свежий	160	к/к	к/к	2,05	0,45	18,60	86,4	0,06	84,00	0,000	0,42	48,20	32,20	18,20	0,18							
				31,25	19,41	83,68	633,70	0,20	87,20	0,04	1,65	340,40	412,55	73,50	3,25							
Обед																						
Икра морковная	80	2008	56	3,04	6,48	6,00	94,4	0,04	4,00	1,200	3,12	25,60	44,80	28,40	0,80							
Суп картофельный с горохом, с грибами	200/15	2008	99	6,77	3,75	26,73	168,3	0,16	4,80	0,170	0,69	44,50	112,70	33,40	1,82							
Говядина тушеная	200	2016	315	17,68	11,34	25,04	272,8	0,10	25,04	0,004	5,20	76,00	221,70	55,04	2,05							
Компот из сухофруктов с витамином С	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	130	0,02	50,00	0,010	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24							
Питие за обедом:				30,33	22,11	109,44	758,30	0,36	83,84	1,38	9,87	173,98	444,60	140,84	6,61							
Всего за день:				61,58	41,52	193,12	1392,00	0,56	171,04	1,43	11,52	514,38	857,15	214,34	9,86							

**Информационное балансирующее меню рационал горного питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)**  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дошкольных учреждений)

Наименование	Выход г	Технико-гидротехническая и порцелиновая документация (сборник рецептур)	№ рецептуры для технологической карты	Белки			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность (ккал)	В <sub>1</sub>	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г			В <sub>2</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe
<b>8 день</b>																						
<b>Завтрак</b>																						
Каши пшеница мюччиная с маслом сливочным	200,5	2008	184	8,55	8,87	42,93	286	0,19	1,25	0,060	0,20	133,61	204,22	56,76	1,52							
Бульон с сыром	30/10	2008	3	5,77	2,41	14,64	103	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52							
Кефирный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,010	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00							
Яблоко свежее	120	к/к	к/к	0,48	0,48	12,54	56,4	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64							
<b>Итого за завтрак:</b>				<b>16,30</b>	<b>13,06</b>	<b>92,51</b>	<b>552,40</b>	<b>0,29</b>	<b>14,36</b>	<b>0,10</b>	<b>0,99</b>	<b>368,41</b>	<b>396,82</b>	<b>88,66</b>	<b>5,68</b>							
<b>Обед</b>																						
Салат "Саркис" с маслом растительным	80	2008	50	6,40	8,08	12,16	147,2	0,02	5,60	0,020	3,84	38,40	44,80	22,40	1,52							
Суп картофельный с макаронами изваренный сметаной и курой	200-10-10	2008	100	5,78	5,10	16,28	134,3	0,10	6,42	0,160	0,28	28,00	71,62	22,70	1,08							
Шиндель рубленный из говядины с соусом томатным	100	2008	272364	13,62	14,36	11,98	232,4	0,08	0,20	0,018	3,26	11,40	136,60	22,40	1,84							
Каши гречневая рассыпчатая	150	2008	523	3,60	4,60	37,70	206	0,03	0,00	0,030	0,30	11,00	78,00	26,00	0,60							
Каша из кураги	200	2008	401	1,80	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,030	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70							
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24							
<b>Итого за обед:</b>				<b>32,64</b>	<b>32,68</b>	<b>132,29</b>	<b>954,70</b>	<b>0,29</b>	<b>12,22</b>	<b>0,26</b>	<b>9,14</b>	<b>128,68</b>	<b>482,42</b>	<b>124,50</b>	<b>6,98</b>							
<b>Итого за день:</b>				<b>48,94</b>	<b>45,74</b>	<b>224,80</b>	<b>1507,10</b>	<b>0,58</b>	<b>26,58</b>	<b>0,26</b>	<b>18,13</b>	<b>497,09</b>	<b>799,24</b>	<b>213,16</b>	<b>12,66</b>							



**Расчетное документальное обследование пищевого рациона горняков питания (заутрак, обед) стоимостью 188,90 руб. (заутрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для дошкольных столовых)**

Наименование	Вход.	Технич. процесс и нормативы на докумен-тальн (сборник рецептур)	№ инт технологич карты	Время			Энергетич. ценность, ккал.	Витаминизация (мг)															
				Всего	Г	Всего		Всего	Г	Всего	Вит. В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe					
<b>9 дней</b>														<b>Заутрак</b>									
Омлет картофельный	140	2008	214	13,49	21,94	2,54	261,6	0,08	0,00	0,310	3,30	105,90	231,70	17,80	2,60								
Булгур с маслом	30,5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,9	0,05	0,00	0,033	0,44	7,50	27,05	9,90	0,61								
Кавказ с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	133	0,04	1,00	0,010	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00								
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24								
Йогурт фруктовый в под. упаковке-производства "Веселая дога" жирн 2,5%	125	к/к	к/к	3	3,1	15,9	103	0,02	0,5	0,03	0	132	860	112	0								
<b>Итого за период пищи:</b>				<b>24,03</b>	<b>32,41</b>	<b>77,81</b>	<b>698,30</b>	<b>0,23</b>	<b>1,50</b>	<b>0,38</b>	<b>4,10</b>	<b>373,28</b>	<b>1251,15</b>	<b>163,70</b>	<b>5,45</b>								
<b>Обед</b>														<b>Обед</b>									
Салат из квашеной капусты с маслом растительным (до 01.03. с растительн джем, с 01.03. с туком зеленым)	80	2008	40	1,28	4,08	6,16	66,5	0,02	21,60	0,024	1,84	39,20	22,40	12,00	0,56								
Суп картофельный с рыбой	200/10	2008	98	4,34	2,81	16,34	107,7	0,10	13,28	0,160	1,56	24,72	91,70	25,00	0,93								
Щи на говя	200	2017	291	18,02	8,96	36,48	298,4	0,12	14,64	0,300	6,00	44,00	216,00	46,64	2,64								
Каша из свежих яблок	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	114	0,01	2,00	0,000	0,20	7,00	4,00	4,00	1,00								
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24								
Батон обогащенный минеральными	30	к/к	к/к	2,40	0,30	14,55	70,5	0,05	0,00	0,000	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60								
<b>Итого за период пищи:</b>				<b>25,48</b>	<b>16,79</b>	<b>121,40</b>	<b>749,90</b>	<b>0,34</b>	<b>51,52</b>	<b>0,48</b>	<b>10,35</b>	<b>128,70</b>	<b>402,60</b>	<b>107,54</b>	<b>6,97</b>								
<b>Итого за день:</b>				<b>52,51</b>	<b>49,20</b>	<b>199,21</b>	<b>1448,20</b>	<b>0,57</b>	<b>53,02</b>	<b>0,87</b>	<b>14,45</b>	<b>501,98</b>	<b>1653,75</b>	<b>271,24</b>	<b>12,42</b>								

**Пиллинские лучинелетельное объединение районное горняцко питаница (завтрак, обед) стоимость 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)**  
**для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для поточечных столовых)**

Наименование	Видов. г.	Техноло-гическая и норматив-ная докумен-тация (сборник рецептур)	№ рецептура или техноло-гической карты	Белки			Жиры			Углеводы			Энергетиче-ская цен-ность, ккал			Энтальпия (кДж)							Минеральные вещества (мг)						
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г		
<b>10 день</b>																													
<b>Завтрак</b>																													
Макаронны запеченные с сыром	180	2008	211	9,83	16,34	37,52	336,5	0,69	0,00	0,140	1,10	127,40	113,50	10,38	1,10														
Булгуровод с говядиной	305 20	2008	2	2,50	4,43	28,85	163,1	0,05	0,48	0,040	0,60	9,90	30,65	11,70	0,69														
Чай с сахаром и лимоном	200 7	2008	431	0,30	0,10	15,20	63	0,00	3,00	0,000	0,00	8,00	10,00	5,09	1,00														
Яблоко свежее	120	к/к	к/к	0,48	0,48	12,54	56,4	0,04	12,00	0,000	0,48	19,20	13,20	10,80	2,64														
<b>Итого за завтрак пицца:</b>				<b>13,11</b>	<b>21,35</b>	<b>94,11</b>	<b>619,00</b>	<b>0,78</b>	<b>15,48</b>	<b>0,18</b>	<b>2,18</b>	<b>164,50</b>	<b>167,35</b>	<b>37,88</b>	<b>5,43</b>														
<b>Обед</b>																													
Утка жаренная	80	2008	56	3,04	6,48	6,00	94,4	0,04	4,00	1,200	3,12	25,60	44,80	26,40	0,80														
Пш из свежей капусты с картофелем, сметаной и курой	200 10 10	2008	84	4,65	5,70	6,48	96,8	0,06	19,40	0,180	0,40	40,20	58,40	20,40	0,80														
Печень по-строгановски	100	2008	256	23,00	14,08	5,50	249,2	0,33	23,40	10,028	5,58	6,00	398,20	23,80	5,65														
Рис отварной	150	2008	325	3,70	6,30	32,80	203	0,02	0,00	0,050	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60														
Компот из сухофруктов с vanillaном "С"	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	130	0,02	50,00	0,010	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70														
Хлеб пшенично-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24														
<b>Итого за обед пицца:</b>				<b>37,23</b>	<b>33,10</b>	<b>102,45</b>	<b>866,20</b>	<b>0,51</b>	<b>96,80</b>	<b>14,47</b>	<b>10,26</b>	<b>102,68</b>	<b>627,80</b>	<b>115,60</b>	<b>9,79</b>														
<b>Всего за день:</b>				<b>50,34</b>	<b>54,45</b>	<b>196,56</b>	<b>1485,20</b>	<b>1,29</b>	<b>112,28</b>	<b>11,65</b>	<b>12,44</b>	<b>267,18</b>	<b>795,15</b>	<b>153,48</b>	<b>15,22</b>														

**Целевое двучисленное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.)**  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дополнительных столовых)

Наименование	Выход, г	Технико-технологическая карта (документация)	№ рецептуры или технологии приготовления	Единицы			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность, ккал	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г		B <sub>1</sub>	C	A	E	Ca	P	Mg	Fe		
<b>11 день</b>																							
<b>Завтрак:</b>																							
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200,5	2008	184	8,53	7,17	41,20	264	0,15	1,33	0,040	1,03	138,67	217,00	44,00	2,67								
Йогурт с сыром	30:10	2008	3	5,77	2,41	14,64	103	0,04	0,11	0,028	0,31	154,60	134,40	14,10	0,52								
Кофейный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,010	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00								
Йогурт фруктовый в под. упаковке (процентная, масовая доля жира 2,5%)	125	к/к	к/к	3	3,1	15,9	103	0,02	0,5	0,03	0	132	860	112	0								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>18,80</b>	<b>13,98</b>	<b>94,14</b>	<b>577,00</b>	<b>0,23</b>	<b>2,94</b>	<b>0,11</b>	<b>1,34</b>	<b>486,27</b>	<b>1256,40</b>	<b>177,10</b>	<b>4,19</b>											
<b>Обед:</b>																							
Салат из огурцов соевых с маслом растительным (до 01.03 с растительным маслом с 01.03, с другим зеленым)	80	2008	20	2,16	4,08	2,08	53,6	0,02	4,80	0,000	1,84	18,40	22,40	10,40	0,56								
Суп овощной со сметаной и грибами	200:10:15	2008	95	4,29	4,93	20,29	142,7	0,09	8,82	0,280	0,65	37,30	63,50	21,50	0,95								
Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	100	2008	314/366	16,94	13,40	15,96	252	0,09	14,40	0,130	3,28	79,80	152,40	35,00	1,86								
Кефир/кислое молоко	150	2008	335	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,040	0,20	47,00	83,00	29,00	1,10								
Каша из овсяных хлопьев	200	2008	399	0,5	0,1	34	141	0,02	12	0	0,1	18	12	7	0,2								
Хлеб ржаной-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24								
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>29,23</b>	<b>28,35</b>	<b>112,60</b>	<b>823,10</b>	<b>0,40</b>	<b>45,02</b>	<b>0,45</b>	<b>6,43</b>	<b>207,38</b>	<b>377,70</b>	<b>112,90</b>	<b>5,91</b>											
<b>Всего за день:</b>	<b>48,03</b>	<b>42,33</b>	<b>206,74</b>	<b>1400,10</b>	<b>0,63</b>	<b>47,96</b>	<b>0,56</b>	<b>7,77</b>	<b>693,65</b>	<b>1634,10</b>	<b>290,00</b>	<b>10,10</b>											

Индивидуальное обязательное обследование меню рациона горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 188,00 руб. (завтрак - 68,50 руб., обед - 119,50 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для дошкольных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур)	№ или наименование рецептуры	Безжиры			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность, ккал	Витаминный состав (мг)							Минеральные вещества (мг)																
				Всего	г	г	Всего	г	г	Всего	г	г		В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe																
12 дней																				Завтрак:																	
Завтрак рисовый из творага с маслом стилизиым	140/20	2008	193	9,39	12,34	52,76	361,3	0,07	0,20	0,100	1,16	106,20	170,40	33,68	1,16																						
Бутерброд с маслом	30/5	2008	1	2,40	4,43	14,60	107,9	0,05	0,00	0,033	0,14	7,50	27,05	9,90	0,61																						
Чай с сахаром и лимонем	200/7	2008	431	0,30	0,10	15,20	63	0,00	3,00	0,000	0,00	8,00	16,00	5,00	1,00																						
Банан свежий	150	к/к	к/к	2,26	0,80	31,50	142	0,06	15,00	0,030	0,06	12,00	42,00	63,00	0,90																						
Итого за обед пищи:				14,35	17,67	114,06	674,20	0,18	18,20	0,16	1,66	133,70	249,45	111,58	3,67																						
Обед																																					
Салат из свеклы с маслом растительным и сельдью	80/20	2017	52	4,56	6,51	6,73	104	0,04	7,60	0,006	0,64	42,52	78,80	31,00	1,34																						
Рисовый "Ленинградский" со сметаной	200/10	2008	91	2,40	4,86	13,72	109,32	0,09	6,42	0,170	0,20	28,80	64,50	21,70	0,82																						
Голубцы домашние	200	2016	315	17,68	11,34	25,04	272,8	0,10	25,04	0,004	5,20	76,00	221,70	55,04	2,05																						
Компот из клубяи	200	2008	401	1,00	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,030	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70																						
Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный	40	к/к	к/к	2,24	0,44	19,97	92,8	0,04	0,00	0,000	0,36	6,88	42,40	10,00	1,24																						
Батон обогащенный минеромультими	30	к/к	к/к	2,40	0,30	14,55	70,5	0,05	0,00	0,000	0,39	6,90	26,10	9,90	0,60																						
Итого за обед пищи:				30,28	23,55	114,21	791,42	0,34	39,06	0,21	7,89	194,10	462,50	148,64	6,75																						
Всего за день:				44,63	41,22	228,27	1465,62	0,52	57,26	0,37	9,55	327,80	711,95	260,22	10,42																						
Итого за 12 дней средним:				48,87	48,81	206,11	1450,76	0,70	102,99	1,55	10,47	470,24	1039,56	231,27	1,55																						
Средняя сбалансированность за 12 дней				1	1	4																															

- Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, Речь, 2008, -200 с. под редакцией Кутковой М.П.
- Сборник рецептов на продукцию для питания детей и дошкольных образовательных организаций, Москва, Деги плюс 2016, Редакция Могильного М.П., Тугельева В.А.
- Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях, Москва Деги плюс 2017, Редакция ИИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тугельева В.А.