

Согласовано

ГБОУ СОШ № 199

Директор Дротасова О.В.



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 02 " 05 2024 г

4 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	2017	24	1,1	7,4	3,4	84,0
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	2008	99	6,9	7,4	28,7	167,9
Котлеты "Особые"	120	2008	273	12,4	19,3	14,2	276,5
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	181	11,4	10,1	51,6	325,0
Сок виноградный	200	2016	484	0,8	0,2	18,8	84,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Чернослив порциями	50	ТК	21	1,2	0,4	28,7	123,0
Апельсины	250	2016	393	2,3	0,5	20,3	108,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1330</b>			<b>45,4</b>	<b>47,3</b>	<b>223,8</b>	<b>1445,7</b>

Зав. производством [Signature]

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано

ГБОУ СОШ № 189

Директор \_\_\_\_\_

Иванова О.В.



**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 03 " 05 \_\_\_\_\_ 2024 г

**5 день**

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	120	2017	42	4,3	12,2	9,4	164,4
Суп крестьянский с крупой, говяжьей и сметаной	250/10/5	2017	98	4,9	7,2	6,3	101,0
Биточки рыбные. соус сметанный	120/20	2017	234/330	15,1	6,0	13,1	176,9
Картофель отварной	200	2008	333	3,9	14,2	38,6	197,3
Компот из изюма	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Йогурт в индивидуальной упаковке. массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
Яблоки	250	2016	403	1,0	1,0	24,5	117,5
<b>Всего за прием пищи:</b>	<b>1395</b>			<b>41,0</b>	<b>44,1</b>	<b>171,6</b>	<b>1139,5</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ Иванова  
 Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 199  
 Протасова О.В.  
 Директор

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 06 " 05 2024 г

6 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Помидоры натуральные свежие	120	2017	71	1,3	0,2	4,6	25,0
Щи из квашеной капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	2017	92	4,4	7,3	6,9	110,9
Жаркое по-домашнему	300	2017	259	23,1	25,9	36,8	502,5
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Булочка домашняя	60	2016	540	4,1	5,5	36,0	209,0
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1165</b>			<b>45,5</b>	<b>43,5</b>	<b>188,4</b>	<b>1346,3</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199  
*А.В. Кротасова*  
Директор \_\_\_\_\_

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 07 " 05 \_\_\_\_\_ 2024 г

7 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из квашеной капусты	120	2008	40	1,9	6,1	9,2	99,6
Суп из овощей с птицей и сметаной	250/10/5	2017	99	4,6	11,9	7,5	120,9
Котлета рыбная любительская	120	2008	241	17,8	12,4	21,4	194,0
Рис припущенный	200	2008	326	5,0	6,5	40,8	278,7
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Печенье обогащенное	40	ТК	6	2,8	5,2	29,2	176,0
Апельсины	250	2016	393	2,3	0,5	20,3	108,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1315</b>			<b>44,1</b>	<b>44,7</b>	<b>220,7</b>	<b>1395,4</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199  
Истасова О.В.  
Директор

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 08 " 05 2024 г

**8 день**

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат "Свеколка"	120	2008	50	1,9	12,1	17,5	187,0
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	2017	88	4,5	7,3	8,7	118,4
Рагу из мяса птицы (курица)	300	2016	334	16,5	18,7	37,9	387,2
Сок яблочный	200	2016	484	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Яблоки	250	2016	403	1,0	1,0	24,5	117,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1355</b>			<b>37,3</b>	<b>43,8</b>	<b>184,6</b>	<b>1280,0</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199  
*Протасова О.В.*  
Директор

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 13 " 05 2024 г

1 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из соленых огурцов с луком	120	2017	21	3,2	6,1	3,1	80,4
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	250/10/10	2017	96	4,6	12,6	22,8	132,2
Биточки рубленые из говядины	120	2016	302	18,7	13,9	21,2	297,4
Пюре картофельное	200	2008	335	4,1	7,2	31,2	188,0
Кисель из кураги	200	2008	406	0,7	0,1	37,0	151,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Вафли обогащенные	20	ТК	5	0,9	5,8	12,6	106,0
Яблоки	250	2016	403	1,0	1,0	24,5	117,5
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1300</b>			<b>42,5</b>	<b>48,7</b>	<b>210,6</b>	<b>1349,4</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ *AS*

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199  
Протасова О.В.  
Директор

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 14 " 05 2024 г

**2 день**

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Помидоры натуральные свежие	120	2017	71	1,3	0,2	4,6	25,0
Борщ с капустой и картофелем, с птицей и сметаной	250/10/5	2008	76	6,1	8,7	14,1	121,0
Рыба, тушенная с овощами	130	2016	254	15,8	14,6	12,9	138,3
Рис отварной	200	2008	325	4,9	12,3	42,6	278,6
Сок яблочный	200	2016	484	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Печенье обогащенное	20	ТК	6	1,4	2,6	14,6	88,0
Курага порциями	50	ТК	20	2,6	0,2	25,5	114,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1105</b>			<b>42,4</b>	<b>40,8</b>	<b>192,3</b>	<b>1127,8</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_ 

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано

ГБОУ СОШ № 199

Директор

Кротасова О.В.

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 15 " 05 2024 г

3 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Винегрет овощной с сельдью	100/35	2008	52	3,7	13,1	6,8	169,0
Суп с макаронными изделиями и картофелем с птицей	250/10	2017	112	5,0	4,3	17,1	127,1
Суфле из курицы	120	2008	320	21,2	10,7	5,4	215,0
Рагу овощное ( 3-й вариант)	200	2008	351	3,6	8,1	21,1	167,9
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Йогурт в индивидуальной упаковке. массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
Булочка домашняя	60	2016	540	4,1	5,5	36,0	209,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1195</b>			<b>46,4</b>	<b>40,7</b>	<b>160,6</b>	<b>1203,9</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ СОШ № 199

Директор



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 16 " 05 \_\_\_\_\_ 2024 г

4 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	2017	24	1,1	7,4	3,4	84,0
Суп картофельный с горохом и гречками	250/20	2008	99	6,9	7,4	28,7	167,9
Котлеты "Особые"	120	2008	273	12,4	19,3	14,2	276,5
Каша гречневая рассыпчатая	200	2008	181	11,4	10,1	51,6	325,0
Сок виноградный	200	2016	484	0,8	0,2	18,8	84,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Чернослив порциями	50	ТК	21	1,2	0,4	28,7	123,0
Апельсины	250	2016	393	2,3	0,5	20,3	108,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1330</b>			<b>45,4</b>	<b>47,3</b>	<b>223,8</b>	<b>1445,7</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано

ГБОУ СОШ № 199

Директор

Дротасова О.В.



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 17 " 05 2024 г

5 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	120	2017	42	4,3	12,2	9,4	164,4
Суп крестьянский с крупой, говяжьей и сметаной	250/10/5	2017	98	4,9	7,2	6,3	101,0
Биточки рыбные, соус сметанный	120/20	2017	234/330	15,1	6,0	13,1	176,9
Картофель отварной	200	2008	333	3,9	14,2	38,6	197,3
Компот из изюма	200	2008	401	0,5	0,1	28,1	116,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
Яблоки	250	2016	403	1,0	1,0	24,5	117,5
<b>Всего за прием пищи:</b>	<b>1395</b>			<b>41,0</b>	<b>44,1</b>	<b>171,6</b>	<b>1139,5</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано

ГБОУ СОШ № 199

Директор Протасова О.В.



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 20 " 05 2024 г

6 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Помидоры натуральные свежие	120	2017	71	1,3	0,2	4,6	25,0
Щи из квашеной капусты с картофелем, говяжьей и сметаной	250/10/5	2017	92	4,4	7,3	6,9	110,9
Жаркое по-домашнему	300	2017	259	23,1	25,9	36,8	502,5
Компот из свежих яблок	200	2008	394	0,2	0,2	27,9	115,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Булочка домашняя	60	2016	540	4,1	5,5	36,0	209,0
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1165</b>			<b>45,5</b>	<b>43,5</b>	<b>188,4</b>	<b>1346,3</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано

ГБОУ СОШ № 100

Директор

Дротасова О.В.

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 21 " 05 2024 г

7 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из квашеной капусты	120	2008	40	1,9	6,1	9,2	99,6
Суп из овощей с птицей и сметаной	250/10/5	2017	99	4,6	11,9	7,5	120,9
Котлета рыбная любительская	120	2008	241	17,8	12,4	21,4	194,0
Рис припущенный	200	2008	326	5,0	6,5	40,8	278,7
Компот из апельсинов	200	2008	399	0,5	0,1	34,0	141,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Печенье обогащенное	40	ТК	6	2,8	5,2	29,2	176,0
Апельсины	250	2016	393	2,3	0,5	20,3	108,3
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1315</b>			<b>44,1</b>	<b>44,7</b>	<b>220,7</b>	<b>1395,4</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199

Директор

Иротасова О.В.

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 22 " 05 2024 г

8 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат "Свеколка"	120	2008	50	1,9	12,1	17,5	187,0
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	2017	88	4,5	7,3	8,7	118,4
Рагу из мяса птицы (курица)	300	2016	334	16,5	18,7	37,9	387,2
Сок яблочный	200	2016	484	1,0	0,2	19,8	86,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Яблоки	250	2016	403	1,0	1,0	24,5	117,5
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1355</b>			<b>37,3</b>	<b>43,8</b>	<b>184,6</b>	<b>1280,0</b>

Зав. производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_



Согласовано  
 ГБОУ СОШ № 199  
 Директор Протасова О.В.

Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 23 " 05 2024 г

9 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	2017	24	1,1	7,4	3,4	84,0
Суп картофельный с фасолью и птицей	250/10	2017	102	7,3	7,1	16,1	154,5
Тефтели мясные (1-й вариант)	120	2008	283	15,6	14,6	17,6	313,7
Макаронные изделия отварные	200	2008	331	7,3	14,2	47,8	268,9
Компот из смеси сухофруктов	200	2008	402	0,6	0,1	31,7	131,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микроэлементами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Курага порциями	50	ТК	20	2,6	0,2	25,5	114,0
Йогурт в индивидуальной упаковке, массовая доля жира 2,5 %	100	ТК	3	3,1	2,5	18,0	107,0
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1170</b>			<b>46,9</b>	<b>48,0</b>	<b>218,2</b>	<b>1450,0</b>

Зав.производством \_\_\_\_\_

Калькулятор \_\_\_\_\_





Согласовано  
ГБОУ СОШ № 199

Директор Д. С. Галаева О.В.



Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед) для предоставления питания учащимся 5-8 кадетских классов общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

" 24 " 05 2024 г

10 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептов	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
Салат витаминный ( 1-й вариант)	120	2008	41	1,4	6,2	11,4	108,0
Борщ из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10/5	2017	82	3,8	11,9	12,8	125,4
Плов куриный	300	2016	331	23,1	22,4	57,1	453,4
Компот из кураги	200	2008	401	1,0	0,1	34,2	142,0
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	70	ТК	2	4,9	0,7	29,3	136,5
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	50	ТК	1	4,4	1,3	28,9	140,4
Ватрушка с повидлом	60	2016	558	3,3	4,3	38,7	207,0
Груши	250	2016	396	1,5	0,8	25,8	117,5
Итого за прием пищи:	1315			43,4	47,7	238,2	1430,2

Зав. производством [Signature]

Калькулятор \_\_\_\_\_

