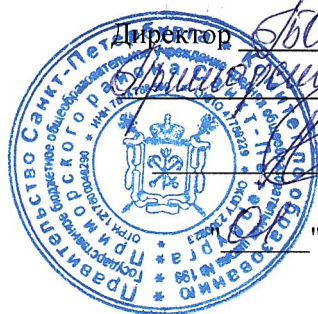


"СОГЛАСОВАНО"



Директор

6609 именов №199
Администрация района Санши-Петербург
Трещасово О.В.

" 09 2023 г.

" УТВЕРЖДАЮ"



Генеральный директор
 АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

О. Ю. Костенюк /

2023 г.

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

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день							
Обед							
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	100	0,10	0,20	3,80	22,00
2016	72	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	2,70	4,60	6,00	87,40
2016	264	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	330	20,70	19,90	39,40	449,50
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,00	9,40	33,50	216,00
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (КУРАГА)	70	2,40	0,10	24,00	109,00
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			1360	39,80	37,20	200,40	1 333,20
Всего за день:				39,80	37,20	200,40	1 333,20
2 день							
Обед							
2016	8	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	4,30	3,60	0,00	67,20
ТТК	2	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,50	10,20	7,60	127,50
2016	87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	250	4,50	5,50	17,20	145,20
2017	271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	12,80	11,70	10,60	209,70
2016	372	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,70	2,50	2,90	37,20
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	230	8,30	7,40	48,90	300,90
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,20	0,20	9,90	42,10
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (ИЗЮМ)	55	0,90	0,20	24,60	105,10
Итого за прием пищи:			1115	40,10	43,10	170,70	1 274,70
Всего за день:				40,10	43,10	170,70	1 274,70
3 день							
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2016	63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,80	5,30	10,80	113,40
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	330	23,10	19,70	52,20	447,50
2016	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,00	2,60	3,50	41,90

2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (ЧЕРНОСЛИВ)	70	1,10	0,30	27,40	121,90
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			1390	43,10	38,10	228,20	1 427,40
Всего за день:				43,10	38,10	228,20	1 427,40
4 день							
Обед							
2016	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,80	5,20	7,50	81,90
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,70	5,00	15,40	118,50
2017	260	ГУЛЯШ	100	9,70	20,40	2,50	174,40
2017	161	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ	230	7,10	17,60	41,80	295,70
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	15,60	66,90
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (КУРАГА)	55	1,90	0,10	18,80	85,60
Итого за прием пищи:			1115	37,50	54,50	183,60	1 228,90
Всего за день:				37,50	54,50	183,60	1 228,90
5 день							
Обед							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,60	10,10	13,40	136,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,40	2,30	16,40	104,60
2021	376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	330	18,20	16,40	23,10	279,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1,00	0,00	25,40	110,00
2021	580	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (ИЗЮМ)	70	1,10	0,20	31,30	133,80
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			1340	37,30	37,40	204,70	1 267,20
Всего за день:				37,30	37,40	204,70	1 267,20
6 день							
Обед							
2008	46	САЛАТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	3,60	11,40	5,30	139,00
2016	77	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,50	4,70	6,40	89,80
2022	162	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	13,60	10,70	5,60	170,90
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,60	12,40	27,20	267,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,20	0,20	9,90	42,10
2008	483	КОРЖИКИ МОЛОЧНЫЕ	75	4,40	8,40	47,80	279,00
Итого за прием пищи:			1055	37,80	49,60	151,20	1 227,70
Всего за день:				37,80	49,60	151,20	1 227,70
7 день							
Обед							
ТТК	14	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	138,20
2016	60/123	БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ	250	6,00	4,00	9,40	103,30
2017	268	БИТОЧКИ	100	13,30	15,80	14,30	232,00
2016	143	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	230	4,40	14,80	23,00	213,80
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	20,20	92,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,00	9,40	33,50	216,00
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (ИЗЮМ)	55	0,90	0,20	24,60	105,10
Итого за прием пищи:			1095	42,90	55,20	180,00	1 340,20
Всего за день:				42,90	55,20	180,00	1 340,20
8 день							

Обед

2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,20	10,20	6,70	122,60
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,10	4,70	8,00	109,40
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,00	10,00	17,10	227,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	230	4,00	5,60	22,40	143,80
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	0,10	0,10	14,70	60,40
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (КУРАГА)	70	2,40	0,10	24,00	109,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			1340	35,70	35,80	186,00	1 251,80
Всего за день:				35,70	35,80	186,00	1 251,80

9 день

Обед

2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	15	0,10	12,40	0,10	112,20
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,40	2,30	16,40	104,60
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	100	12,70	11,10	14,70	218,60
2016	352/372	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	230	2,50	7,40	20,10	144,90
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
ТТК	1	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	250	2,00	0,50	18,80	95,00
Итого за прием пищи:			1265	33,10	40,80	169,50	1 182,50
Всего за день:				33,10	40,80	169,50	1 182,50

10 день

Обед

2016	20	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,90	5,10	2,60	58,80
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,00	4,70	9,70	107,60
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	15,80	10,60	6,80	159,40
2016	340	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	230	3,70	7,20	29,10	195,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,00	73,30
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,10	6,30	28,10	172,80
2021	85	СУХОФРУКТЫ ПОРЦИЯМИ (ЧЕРНОСЛИВ)	70	1,10	0,30	27,40	121,90
2021	580	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			1400	43,30	42,60	216,80	1 392,40
Всего за день:				43,30	42,60	216,80	1 392,40

11 день

Обед

2016	8	РЫБА СОЛЕНАЯ (ПОРЦИЯМИ)	30	4,30	3,60	0,00	67,20
2017	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	2,70	7,10	9,60	111,80
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,70	5,00	15,40	118,50
2016	271	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	100	9,70	5,00	9,40	124,50
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	230	4,10	13,90	25,90	204,10
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	132,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1,00	0,00	25,40	110,00
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК	1	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			1280	37,10	39,50	169,60	1 171,40
Всего за день:				37,10	39,50	169,60	1 171,40

12 день

Обед

2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,40	10,10	3,00	106,50
------	----	-------------------------------------	-----	------	-------	------	--------

2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,40	2,30	16,40	104,60
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,00	10,00	17,10	227,10
2016	143	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	230	4,40	14,80	23,00	213,80
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	80	5,20	0,90	37,00	176,80
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,20	0,20	9,90	42,10
2008	423	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ	200	0,80	0,80	45,70	195,30
Итого за прием пищи:			1200	32,40	40,20	173,30	1 173,40
Всего за день:				32,40	40,20	173,30	1 173,40
Итого за 12 дней:				460,10	514,00	2 234,00	15 270,80
Среднее значение за период:				38,34	42,83	186,17	1 272,57

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2013.-808с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Талешкина,- Изд-е 4-е доп, и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка-М.: ТД ДеЛи, 2022. - 245с.

Реестр Технико-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.