



"Согласовано"
Директор ГБОУ Лицей № 445

М. В. Яринова

**Ежедневное меню рационов горячего питания (комплексный обед)
для предоставления питания учащимся старших классов (12-18 лет)
общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его
стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

" 19 " ноября 2024 г

| 8 день | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Обед | | | | | | | |
| ТТК № 54 | 54/2 | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ) | 100 | 0,10 | 0,20 | 3,80 | 22,00 |
| ТТК № 94 | 94/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 250 | 3,10 | 4,70 | 8,00 | 109,40 |
| ТТК № 3 | 3/1 | ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ С СЫРОМ | 100 | 14,20 | 17,60 | 4,20 | 273,10 |
| ТТК № 130 | 130/1 | КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ | 200 | 4,40 | 5,80 | 24,40 | 173,70 |
| ТТК № 89 | 89/1 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 60 | 3,90 | 0,70 | 27,80 | 132,60 |
| ТТК № 10 | 10/2 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,10 | 21,20 | 107,20 |
| ТТК № 129 | 129/1 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК | 200 | 0,10 | 0,10 | 15,50 | 63,20 |
| ТТК № 29 | 29/2 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 130 | 3,60 | 3,30 | 14,30 | 70,20 |
| ТТК № 1 | 1/1 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 1180 | 33,30 | 33,70 | 127,30 | 994,40 |
| Всего за день: | | | | 33,30 | 33,70 | 127,30 | 994,40 |

Зав.производством:

Калькулятор: