Приложение № 1 дополнительному соглашению № 6 от 31.01. 2023г.
К контракту № 16/22 от «24» октября 2022 г.

"СОГЛАСОВАНО"
Директор
ГБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 16 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
_____ / М.В.Терновская /
"____" _____ 202___ г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
_____ / О. Ю. Костенюк /
"____" _____ 202___ г.

Цикличное 10-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) 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							
Завтрак							
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	5.80	9.40	22.40	198.00
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	60	4.40	8.20	2.10	99.50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**530**	**14,10**	**19,20**	**79,10**	**552,10**
Обед							
2008 / 2008	41 / 48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ с 01.03	60	2.80	11.70	4.20	134.40
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	200/5	1.70	4.60	6.00	72.40
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	90	11.40	3.70	7.60	109.10
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2.90	4.60	18.00	125.10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУЄНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	24.10	97.20
Итого за прием пищи:			**765**	**24,60**	**26,10**	**99,60**	**733,80**
Всего за день:				**38,70**	**45,30**	**178,70**	**1 285,90**
2 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	3.40	6.50	18.60	147.50
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**515**	**18,20**	**17,30**	**77,70**	**509,60**
Обед							
2011 / 2008	71 / 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	60	0.40	0.10	1.10	7.20
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1.50	3.90	10.20	82.00
к/к	к/к	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11.30	11.90	10.70	202.10
к/к	к/к	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	150	3.80	6.10	37.30	208.60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**765**	**23,70**	**23,70**	**116,80**	**772,80**
Всего за день:				**41,90**	**41,00**	**194,50**	**1 282,40**
3 день							
Завтрак							
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4.70	7.50	20.10	168.00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5.20	5.00	10.70	108.10
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.70	3.20	15.80	107.00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	2.00	14.90	83.40
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**505**	**17.60**	**18.40**	**80,20**	**563,10**
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1.00	3.10	4.60	49.80

2012	81	СУП-КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200/5	5.00	4.20	17.00	126.30
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	240	19.90	16.70	44.30	395.00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0.40	0.00	25.00	101.70
Итого за прием пищи:			**745**	**30,50**	**24,90**	**120,00**	**814,80**
Всего за день:				**48,10**	**43,30**	**200,20**	**1 377,90**
		4 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	4.90	6.60	21.40	172.00
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**510**	**19,60**	**17,40**	**80,50**	**532,80**
		Обед					
2011 / к/к	71 / к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ С 01.11	60	0.10	0.10	2.30	13.20
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1.80	4.90	13.40	104.60
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	9.50	16.90	6.20	226.10
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.40	4.60	30.90	187.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.20	0.00	23.10	94.50
Итого за прием пищи:			**765**	**22,70**	**28,00**	**115,60**	**821,70**
Всего за день:				**42,30**	**45,40**	**196,10**	**1 354,50**
		5 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	4.40	0.60	16.30	150.90
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5.80	9.50	1.10	113.50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.90	2.40	14.40	91.00
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**530**	**16,80**	**14,00**	**71,80**	**551,60**
		Обед					
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	4.80	6.10	9.10	110.40
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	3.50	2.30	13.40	89.00
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	90	11.20	3.00	3.20	131.90
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3.10	4.80	20.40	137.30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**760**	**29,30**	**17,90**	**103,60**	**741,50**
Всего за день:				**46,10**	**31,90**	**175,40**	**1 293,10**
		6 день					
		Завтрак					
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	5.00	7.30	28.10	199.20
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5.20	5.00	10.70	108.10
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	2.00	14.90	83.40
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**505**	**14,40**	**15,10**	**87,00**	**545,70**
		Обед					
2008 / 2008	41 / 40	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ с 01.03	60	0.70	3.10	5.70	54.00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1.50	3.90	10.20	82.00
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	240	16.90	21.90	24.70	454.50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0.10	0.10	21.50	87.80
Итого за прием пищи:			**745**	**23,40**	**29,90**	**91,20**	**820,30**

Всего за день:				**37,80**	**45,00**	**178,20**	**1 366,00**
		7 день					
		Завтрак					
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	5.80	9.40	22.40	198.00
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**505**	**20,60**	**20,20**	**81,50**	**560,10**
		Обед					
2012 / 2008	13 / 51	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ до 31.10 / ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с 01.11	60	0.40	3.60	1.10	40.40
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	200/5	5.00	4.20	17.00	126.30
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	90	10.30	9.20	19.00	197.00
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5.40	4.60	30.90	187.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**745**	**26,30**	**22,70**	**114,90**	**770,70**
Всего за день:				**46,90**	**42,90**	**196,40**	**1 330,80**
		8 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	3.40	6.50	18.60	147.50
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5.80	9.50	1.10	113.50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.70	3.20	15.80	107.00
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**530**	**16,60**	**20,70**	**75,50**	**564,20**
		Обед					
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2.20	6.10	4.70	82.20
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	2.70	4.90	8.50	88.80
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	19.20	20.60	17.90	394.20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0.40	0.00	25.00	101.70
Итого за прием пищи:			**750**	**28,70**	**32,50**	**85,20**	**808,90**
Всего за день:				**45,30**	**53,20**	**160,70**	**1 373,10**
		9 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/5	4.40	0.60	16.30	150.90
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**515**	**19,20**	**11,40**	**75,40**	**513,00**
		Обед					
2012 / 2011	14 / 70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ с 01.11	60	0.80	3.70	2.80	47.60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/5	1.50	4.70	7.00	75.80
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	240	22.70	15.30	44.30	449.20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**745**	**30,20**	**24,80**	**101,00**	**791,90**
Всего за день:				**49,40**	**36,20**	**176,40**	**1 304,90**
		10 день					
		Завтрак					
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/15	8.00	9.40	25.70	249.00
2011	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.10	0.10	1.10	6.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0.80	5.40	12.40	123.00
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00

Итого за прием пищи:			515	11,60	15,70	72,50	533,60
		Обед					
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	2,00	3,80	14,80	101,90
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,80	4,90	13,40	104,60
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	90	12,20	3,20	5,40	119,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,80	20,40	137,30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	24,10	97,20
Итого за прием пищи:			765	24,90	18,20	117,80	755,60
Всего за день:				36,50	33,90	190,30	1 289,20
Всего за 10 дней завтраков:				168,70	169,40	781,20	5 425,80
Всего за 10 дней обедов:				264,30	248,70	1 065,70	7 832,00
Итог за 10 дней:				433,00	418,10	1 846,90	13 257,80
Среднее значение за период:				43,30	41,81	184,69	1 325,78

"СОГЛАСОВАНО"
Директор
ГБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 216 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
_____ / М.В.Терновская /
"____" _____ 202__ г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
_____ / О.Ю. Костенюк /
"____" _____ 202__ г.

Цикличное 12-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, 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

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
		1 день					
		Завтрак					
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8,00	11,40	31,00	259,90
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	60	4,40	8,20	2,10	99,50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,70	0,60	19,60	95,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,40
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			580	16,30	21,20	87,70	614,00
		Обед					
2008 / 2008	41 / 48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ с 01.03	100	4,70	19,50	7,00	224,00
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5	2,00	5,60	7,50	88,50
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	12,60	4,10	8,50	121,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	3,40	5,50	21,60	150,10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	24,10	97,20
Итого за прием пищи:			895	28,50	36,20	108,40	876,70
Всего за день:				44,80	57,40	196,10	1 490,70
		2 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,70	7,50	25,80	189,80
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10,10	7,70	22,90	168,80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
Итого за прием пищи:			565	19,50	18,30	84,90	551,90
		Обед					
2011 / 2008	71 / 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	100	0,70	0,10	1,90	12,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1,80	4,90	12,70	102,50
к/к	к/к	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	12,50	13,20	11,90	224,60
к/к	к/к	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	180	4,60	7,30	44,80	250,30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,00	0,20	17,80	77,30

Итого за прием пищи:			**895**	**26,30**	**27,20**	**128,80**	**862,30**
Всего за день:				**45,80**	**45,50**	**213,70**	**1 414,20**
		3 день					
		Завтрак					
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6.30	10.00	26.80	224.00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5.20	5.00	10.70	108.10
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.70	3.20	15.80	107.00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	2.00	14.90	83.40
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**555**	**19,20**	**20,90**	**86,90**	**619,10**
		Обед					
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.60	5.10	7.70	83.00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250/10	6.00	5.30	20.30	165.30
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	280	23.20	19.50	51.70	460.80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0.40	0.00	25.00	101.70
Итого за прием пищи:			**860**	**34,10**	**30,60**	**124,60**	**908,60**
Всего за день:				**53,30**	**51,50**	**211,50**	**1 527,70**
		4 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6.70	7.60	29.60	223.70
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**560**	**21,40**	**18,40**	**88,70**	**584,50**
		Обед					
2011 / к/к	71 / к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ С 01.11	100	0.10	0.20	3.80	22.00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.20	5.90	16.80	128.80
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	10.60	18.80	6.90	251.20
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.50	5.60	37.10	225.30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.20	0.00	23.10	94.50
Итого за прием пищи:			**875**	**23,80**	**31,40**	**116,80**	**863,80**
Всего за день:				**45,20**	**49,80**	**205,50**	**1 448,30**
		5 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6.10	8.90	22.60	194.60
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5.80	9.50	1.10	113.50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.90	2.40	14.40	91.00
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**580**	**18,50**	**22,30**	**78,10**	**595,30**
		Обед					
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8.00	10.10	15.20	184.00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4.00	2.90	16.70	109.30
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	12.40	3.40	3.50	146.60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.70	5.80	24.50	164.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**890**	**34,80**	**23,90**	**117,40**	**877,50**
Всего за день:				**53,30**	**46,20**	**195,50**	**1 472,80**
		6 день					
		Завтрак					
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/15	9.50	11.10	34.20	313.80
2011 / 2011	71 / 70	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0.10	0.00	0.40	2.40
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1.70	8.80	10.70	128.40

к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**570**	**16,00**	**23,00**	**81,50**	**637,90**
		Обед					
2012 / к/к	14 / к/к	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ с 01.11	100	1.10	6.20	4.70	79.40
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.70	5.60	6.90	85.30
2008	261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	13.30	8.60	8.70	166.00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	4.40	6.40	44.00	251.60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.10	0.10	23.80	97.20
Итого за прием пищи:			**895**	**26,30**	**28,40**	**127,80**	**875,10**
+				**42,30**	**51,40**	**209,30**	**1 513,00**
		7 день					
		Завтрак					
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	200	6.70	9.70	37.50	265.60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5.20	5.00	10.70	108.10
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	2.00	14.90	83.40
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**555**	**16,10**	**17,50**	**96,40**	**612,10**
		Обед					
2008 / 2008	41 / 40	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ с 01.03	100	1.20	5.20	9.50	90.00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.80	4.90	12.70	102.50
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	280	19.70	25.50	28.80	530.20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0.10	0.10	21.50	87.80
Итого за прием пищи:			**855**	**25,70**	**36,40**	**92,40**	**908,30**
Всего за день:				**41,80**	**53,90**	**188,80**	**1 520,40**
		8 день					
		Завтрак					
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8.00	11.40	31.00	259.90
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**555**	**22,80**	**22,20**	**90,10**	**622,00**
		Обед					
2012 / 2008	13 / 51	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ до 31.10 / ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с 01.11	100	0.70	5.90	1.80	67.30
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250/10	6.00	5.30	20.30	165.30
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	100	11.40	10.20	21.10	218.90
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.50	5.60	37.10	225.30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**860**	**29,80**	**28,10**	**127,20**	**896,10**
Всего за день:				**52,60**	**50,30**	**217,30**	**1 518,10**
		9 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4.70	7.50	25.80	189.80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	5.80	9.50	1.10	113.50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3.70	3.20	15.80	107.00
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**580**	**17,90**	**21,70**	**82,70**	**606,50**
		Обед					
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3.60	10.20	7.80	137.00

2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	3.30	5.70	10.60	107.00
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	22.40	24.00	20.90	459.90
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0.40	0.00	25.00	101.70
Итого за прием пищи:			**860**	**32,60**	**40,60**	**84,20**	**903,40**
Всего за день:				**50,50**	**62,30**	**166,90**	**1 509,90**
		10 день					
		Завтрак					
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	6.10	8.90	22.60	194.60
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	60/15	10.10	7.70	22.90	168.80
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0.30	0.10	14.60	59.70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**565**	**20,90**	**19,70**	**81,70**	**556,70**
		Обед					
2012 / 2011	14 / 70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ с 01.11	100	1.10	6.20	4.70	79.40
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.90	5.60	8.60	92.80
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	26.50	17.80	51.70	524.10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
Итого за прием пищи:			**855**	**33,40**	**30,50**	**102,70**	**871,40**
Всего за день:				**54,30**	**50,20**	**184,40**	**1 428,10**
		11 день					
		Завтрак					
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/15	9.50	11.10	34.20	313.80
2011	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0.10	0.10	1.10	6.60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.20	0.10	14.60	58.40
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0.80	5.40	12.40	123.00
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**565**	**13,10**	**17,40**	**81,00**	**598,40**
		Обед					
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	3.40	6.40	24.70	164.70
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.20	5.90	16.80	128.80
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	13.60	3.60	6.00	132.20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.70	5.80	24.50	164.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	24.10	97.20
Итого за прием пищи:			**895**	**28,70**	**23,20**	**135,80**	**883,20**
Всего за день:				**41,80**	**40,60**	**216,80**	**1 481,60**
		12 день					
		Завтрак					
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	180	13.20	24.50	6.30	298.60
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1.20	0.10	2.70	16.00
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1.70	0.60	19.60	95.60
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2.90	2.40	14.40	91.00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	20	1.50	2.00	14.90	83.40
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**555**	**23,30**	**32,10**	**68,90**	**664,60**
		Обед					
2012 / 2008	15 / 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	100	1.00	6.20	3.70	74.20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4.00	2.90	16.70	109.30
2011/2008	278/364	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ I ВАРИАНТ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100	11.10	11.40	12.40	215.90
2012	313	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9.10	7.20	46.40	286.40
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0.10	0.10	21.50	87.80
Итого за прием пищи:			**850**	**28,20**	**28,50**	**120,60**	**871,40**

Всего за день:	51,50	60,60	189,50	1 536,00
Всего за 12 дней завтраков:	225,00	254,70	1 008,60	7 263,00
Всего за 12 дней обедов:	352,20	365,00	1 386,70	10 597,80
Итог за 12 дней:	577,20	619,70	2 395,30	17 860,80
Среднее значение за период:	48,10	51,64	199,61	1 488,40

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

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

"СОГЛАСОВАНО"
Директор
ГБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 16 ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
_____ / М.В.Терновская /
"____" _____ 202___ г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
_____ / О.Ю. Костенюк /
"____" _____ 202___ г.

Цикличное 12-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (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

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день							
Обед							
2008 / 2008	41 / 48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ с 01.03	100	4,70	19,50	7,00	224,00
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ И СМЕТАНОЙ	250/5	2,00	5,60	7,50	88,50
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	12,60	4,10	8,50	121,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	3,40	5,50	21,60	150,10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	24,10	97,20
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			**995**	**28,90**	**36,60**	**118,20**	**923,70**
Всего за день:				**28,90**	**36,60**	**118,20**	**923,70**
2 день							
Обед							
2011 / 2008	71 / 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	100	0,70	0,10	1,90	12,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1,80	4,90	12,70	102,50
к/к	к/к	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	100	12,50	13,20	11,90	224,60
к/к	к/к	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	180	4,60	7,30	44,80	250,30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1,00	0,20	17,80	77,30
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
Итого за прием пищи:			**995**	**29,10**	**29,70**	**139,80**	**942,30**
Всего за день:				**29,10**	**29,70**	**139,80**	**942,30**
3 день							
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250/10	6,00	5,30	20,30	165,30
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	280	23,20	19,50	51,70	460,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44,20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,40	0,00	25,00	101,70
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			**960**	**35,00**	**30,80**	**132,70**	**951,60**
Всего за день:				**35,00**	**30,80**	**132,70**	**951,60**
4 день							
Обед							

2011 / к/к	71 / к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ С 01.11	100	0.10	0.20	3.80	22.00
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.20	5.90	16.80	128.80
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	10.60	18.80	6.90	251.20
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.50	5.60	37.10	225.30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	180	0.20	0.00	23.10	94.50
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**975**	**26,60**	**33,90**	**127,80**	**943,80**
Всего за день:				**26,60**	**33,90**	**127,80**	**943,80**
		5 день					
		Обед					
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8.00	10.10	15.20	184.00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4.00	2.90	16.70	109.30
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	100	12.40	3.40	3.50	146.60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.70	5.80	24.50	164.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3.10	1.10	21.20	107.20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**970**	**35,20**	**24,30**	**127,20**	**924,50**
Всего за день:				**35,20**	**24,30**	**127,20**	**924,50**
		6 день					
		Обед					
2012 / к/к	14 / к/к	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ с 01.11	100	1.10	6.20	4.70	79.40
2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.70	5.60	6.90	85.30
2008	261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	100	13.30	8.60	8.70	166.00
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	180	4.40	6.40	44.00	251.60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2.60	0.40	18.50	88.40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0.10	0.10	23.80	97.20
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**975**	**27,60**	**30,30**	**128,20**	**901,50**
Всего за день:				**27,60**	**30,30**	**128,20**	**901,50**
		7 день					
		Обед					
2008 / 2008	41 / 40	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ с 01.03	100	1.20	5.20	9.50	90.00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.80	4.90	12.70	102.50
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	280	19.70	25.50	28.80	530.20
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0.10	0.10	21.50	87.80
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**955**	**26,60**	**36,60**	**100,50**	**951,30**
Всего за день:				**26,60**	**36,60**	**100,50**	**951,30**
		8 день					
		Обед					
2012 / 2008	13 / 51	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ до 31.10 / ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с 01.11	100	0.70	5.90	1.80	67.30
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ И ГРЕНКАМИ	250/10	6.00	5.30	20.30	165.30
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	100	11.40	10.20	21.10	218.90
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6.50	5.60	37.10	225.30
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**960**	**31,30**	**30,40**	**129,00**	**931,90**
Всего за день:				**31,30**	**30,40**	**129,00**	**931,90**
		9 день					
		Обед					
2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3.60	10.20	7.80	137.00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	3.30	5.70	10.60	107.00
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	22.40	24.00	20.90	459.90
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20

к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0.40	0.00	25.00	101.70
2011	338	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ / ГРУША СВЕЖАЯ	100	0.40	0.40	9.80	47.00
Итого за прием пищи:			**960**	**33,00**	**41,00**	**94,00**	**950,40**
Всего за день:				**33,00**	**41,00**	**94,00**	**950,40**
		10 день					
		Обед					
2012 / 2011	14 / 70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ с 01.11	100	1.10	6.20	4.70	79.40
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/5	1.90	5.60	8.60	92.80
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	280	26.50	17.80	51.70	524.10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	1.00	0.20	17.80	77.30
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**955**	**36,20**	**33,00**	**113,70**	**951,40**
Всего за день:				**36,20**	**33,00**	**113,70**	**951,40**
		11 день					
		Обед					
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	3.40	6.40	24.70	164.70
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.20	5.90	16.80	128.80
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	100	13.60	3.60	6.00	132.20
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3.70	5.80	24.50	164.70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0.10	0.00	24.10	97.20
к/к	к/к	ВАФЛИ	20	0.80	5.40	12.40	123.00
к/к	к/к	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ / МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0.90	0.20	8.10	43.00
Итого за прием пищи:			**975**	**27,60**	**28,00**	**136,50**	**951,40**
Всего за день:				**27,60**	**28,00**	**136,50**	**951,40**
		12 день					
		Обед					
2012 / 2008	15 / 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	100	1.00	6.20	3.70	74.20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4.00	2.90	16.70	109.30
2011/2008	278/364	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ, СОУС ТОМАТНЫЙ	100	11.10	11.40	12.40	215.90
2012	313	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	9.10	7.20	46.40	286.40
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1.30	0.20	9.30	44.20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.60	0.50	10.60	53.60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0.10	0.10	21.50	87.80
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2.80	2.50	11.00	80.00
Итого за прием пищи:			**950**	**31,00**	**31,00**	**131,60**	**951,40**
Всего за день:				**31,00**	**31,00**	**131,60**	**951,40**
Всего за 12 дней:				**368,10**	**385,60**	**1 479,20**	**11 275,20**
Среднее значение за период:				**30,68**	**32,13**	**123,27**	**939,60**

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

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

"СОГЛАСОВАНО"
Директор ГБОУ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 16
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА
_____ / М.В.Терновская /
"____" _____ 202___ г.

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
_____ / О.Ю. Костенюк /
"____" _____ 202___ г.

Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, 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	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день							
Завтрак							
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8,00	11,40	31,00	259,90
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	5,10	9,60	2,50	116,10
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20/	6,30	6,50	10,30	125,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,20	1,00	21,20	107,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,40
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	300	1,00	1,00	30,40	117,50
Итого за прием пищи:			**815**	**23,80**	**29,60**	**110,00**	**784,10**
Обед							
2008 / 2008	41 / 48	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28.02 / САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ с 01.03	120	5,60	23,40	8,40	268,80
2012	72	ЩИ ПО-УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,43	8,88	7,50	124,20
2012	255	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	120	15,12	4,92	14,40	145,56
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	230	4,40	7,00	27,60	191,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	26,80	108,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,20	1,20	41,00	171,20
Итого за прием пищи:			**1075**	**37,55**	**46,90**	**165,40**	**1 205,16**
Всего за день:				**61,35**	**76,50**	**275,40**	**1 989,26**
2 день							
Завтрак							
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/10	4,75	11,65	25,85	227,30
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/15	11,80	9,00	26,70	196,90
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,14	4,60	0,30	63,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			**890**	**27,89**	**29,95**	**124,15**	**851,60**
Обед							
2011 / 2008	71 / 30	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	120	0,80	0,10	2,30	14,40
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	4,57	7,12	11,51	130,13
к/к	к/к	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	15,00	15,80	14,30	269,50
к/к	к/к	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С ОВОЩАМИ	230	5,90	9,30	57,30	319,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,10	0,20	19,80	85,90
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,10	6,30	28,10	172,80
Итого за прием пищи:			**1075**	**40,17**	**40,32**	**173,01**	**1 188,13**
Всего за день:				**68,06**	**70,27**	**297,16**	**2 039,73**
3 день							
Завтрак							
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,30	10,00	26,80	224,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20/5/20/	6,30	10,60	10,30	162,50
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	3,20	15,80	107,00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	40	3,00	4,00	29,80	166,80
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	2,25	0,50	20,25	107,50
Итого за прием пищи:			**755**	**24,65**	**29,40**	**124,15**	**875,00**
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	120	1,90	6,10	9,20	99,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, СВИНИНОЙ И ГРЕНКАМИ	250/10/10	7,43	8,63	20,30	201,00

2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	320	24,72	22,30	63,00	526,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,30	0,20	9,30	44,20
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,40	0,00	27,80	113,00
2008	451/462	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКАМИ	60	4,30	4,10	26,30	146,00
Итого за прием пищи:			1010	41,65	41,83	166,50	1 184,00
Всего за день:				66,30	71,23	290,65	2 059,00
			4 день				
			Завтрак				
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/10	6,71	13,20	29,65	261,20
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/15	11,80	9,00	26,70	196,90
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,40
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			845	25,61	26,90	127,65	821,20
			Обед				
2011 / к/к	71 / к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ С 01.11	120	0,10	0,20	4,60	26,40
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,63	7,80	16,80	164,50
2011	260	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	120	12,70	21,00	8,30	301,40
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	230	8,30	7,10	47,40	287,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,20	1,00	21,20	107,20
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,22	0,00	25,67	105,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,00	9,40	33,50	216,00
Итого за прием пищи:			1075	35,75	46,90	175,97	1 296,70
Всего за день:				61,36	73,80	303,62	2 117,90
			5 день				
			Завтрак				
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/7	6,10	10,54	22,62	209,60
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,77	11,08	1,28	132,42
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	20/5/25/	3,00	4,10	26,12	151,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,90	2,40	14,40	91,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	300	2,76	0,60	24,36	129,00
Итого за прием пищи:			827	24,63	29,82	109,98	820,82
			Обед				
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	120	9,60	12,10	18,20	220,80
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4,00	2,90	16,70	109,30
2012	301	ПТИЦА ТУШЕНАЯ	120	12,90	4,55	4,42	166,68
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,70	7,40	31,30	210,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,20	0,20	22,00	85,90
2008	483	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	3,50	15,70	36,60	183,20
Итого за прием пищи:			1060	41,60	44,35	168,92	1 171,98
Всего за день:				66,23	74,17	278,90	1 992,80
			6 день				
			Завтрак				
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/15	9,50	11,10	34,20	313,80
2011 / 2011	71 / 70	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,10	0,00	0,40	2,40
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20/5/20/	6,30	10,60	10,30	162,50
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			855	24,40	25,90	112,00	833,10
			Обед				
2012 / к/к	14 / к/к	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ с 01.11	120	1,30	7,40	5,60	95,30

2012	71	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,13	8,93	6,90	121,00
2008	261	ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	16,00	10,30	10,40	199,20
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	230	5,60	8,20	56,20	321,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	26,40	108,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,10	6,30	28,10	172,80
Итого за прием пищи:			**1075**	**38,93**	**42,73**	**173,30**	**1 213,40**
				63,33	**68,63**	**285,30**	**2 046,50**
			7 день				
			Завтрак				
2008	187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	250	8,40	12,13	46,90	332,00
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,14	5,60	0,30	63,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,45	4,48	0,00	54,50
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	20/5/25/	3,00	4,10	26,12	151,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,40
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			**825**	**24,59**	**28,01**	**129,42**	**874,20**
			Обед				
2008 / 2008	41 / 40	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ до 28,02 / САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ с 01.03	120	1,40	6,20	11,40	108,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,23	8,23	18,70	138,20
2011	259	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ СО СВИНИНОЙ	350	24,60	25,47	59,00	562,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,10	0,10	23,90	97,60
к/к	к/к	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	123,00
Итого за прием пищи:			**995**	**35,83**	**46,90**	**165,10**	**1 225,00**
Всего за день:				**60,42**	**74,91**	**294,52**	**2 099,20**
			8 день				
			Завтрак				
2011	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	8,00	11,40	31,00	259,90
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/15	11,80	9,00	26,70	196,90
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			**845**	**28,30**	**24,60**	**124,80**	**811,20**
			Обед				
2012 / 2008	13 / 51	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ до 31.10 / ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ с 01.11	120	0,80	7,10	2,20	80,80
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ, СВИНИНОЙ И ГРЕНКАМИ	250/10/10	7,43	8,63	20,30	201,00
к/к	к/к	ФИЛЕ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННОЕ	120	13,70	12,20	25,30	262,70
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	230	8,30	7,10	47,40	287,80
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,60	0,50	10,60	53,60
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,10	0,20	19,80	85,90
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,00	9,40	33,50	216,00
Итого за прием пищи:			**1060**	**40,53**	**45,53**	**177,60**	**1 276,20**
Всего за день:				**68,83**	**70,13**	**302,40**	**2 087,40**
			9 день				
			Завтрак				
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/5	4,70	7,50	25,80	189,80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,77	11,08	1,28	132,42
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	20/5/25/	3,00	4,10	26,12	151,60
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	3,20	15,80	107,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	300	2,76	0,60	24,36	129,00
Итого за прием пищи:			**825**	**24,03**	**27,58**	**114,56**	**817,02**
			Обед				

2008	30	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	120	4,30	12,20	9,40	164,40
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СВИНИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10/10	4,73	9,03	10,60	142,70
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	330	22,98	23,00	36,60	490,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2012	376	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,40	0,00	27,80	113,00
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	3,20	1,20	41,00	171,20
Итого за прием пищи:			**1060**	**41,31**	**46,93**	**165,10**	**1 276,90**
Всего за день:				**65,34**	**74,51**	**279,66**	**2 093,92**
			10 день				
			Завтрак				
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	180/7	6,10	9,06	22,62	209,60
2012	235	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	70/15	11,80	9,00	26,70	196,90
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,14	5,60	0,30	63,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,55	0,55	10,60	53,60
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,30	0,10	14,60	59,70
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			**867**	**27,69**	**27,81**	**110,32**	**780,30**
			Обед				
2012 / 2011	14 / 70	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ до 31.10 / ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ с 01.11	120	1,30	7,40	5,60	95,30
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СО СВИНИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,33	8,93	8,60	128,50
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	300	28,39	19,07	55,39	561,54
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	1,10	0,20	19,80	85,90
к/к	к/к	ПЛЮШКА МОСКОВСКАЯ	60	1,70	4,00	38,00	150,20
Итого за прием пищи:			**1025**	**41,52**	**41,10**	**167,09**	**1 217,04**
Всего за день:				**69,21**	**68,91**	**277,41**	**1 997,34**
			11 день				
			Завтрак				
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200/15	9,50	11,10	34,20	313,80
2011	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,10	0,10	1,10	6,60
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20/	6,30	6,50	10,30	125,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,60	58,40
к/к	к/к	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	123,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	2,30	0,50	20,30	107,50
Итого за прием пищи:			**775**	**22,30**	**24,80**	**114,10**	**841,50**
			Обед				
2011	40	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	120	4,10	7,70	29,60	197,60
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СВИНИНОЙ И СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,63	9,23	16,80	164,50
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	16,30	4,30	7,20	158,60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	230	4,70	7,40	31,30	210,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,10	1,10	21,20	107,20
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	0,10	0,00	26,80	108,00
2008	483	КОРЖИК МОЛОЧНЫЙ	60	3,50	15,70	36,60	183,20
Итого за прием пищи:			**1075**	**38,03**	**45,83**	**188,00**	**1 218,00**
Всего за день:				**60,33**	**70,63**	**302,10**	**2 059,50**
			12 день				
			Завтрак				
2012	217	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	200	14,70	27,20	7,00	331,80
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,20	0,10	2,70	16,00
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,70	0,60	19,60	95,60
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,90	2,40	14,40	91,00
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,50	2,00	14,90	83,40
к/к	к/к	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	100	2,80	2,50	11,00	80,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	250	1,00	1,00	24,50	117,50
Итого за прием пищи:			**825**	**25,80**	**35,80**	**94,10**	**815,30**
			Обед				

2012 / 2008	15 / 30	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ до 31.10 / САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ с 01.11	120	1,20	7,40	4,40	89,00
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	4,00	2,90	16,70	109,30
2011/2008	278/364	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 1 ВАРИАНТ, СОУС ТОМАТНЫЙ	120	13,30	13,70	14,90	259,10
2012	313	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	230	11,60	9,20	59,30	365,90
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,55	0,55	10,60	53,60
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,11	0,11	23,89	97,56
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,20	7,80	27,90	180,00
Итого за прием пищи:			**1030**	**38,56**	**42,06**	**176,19**	**1 242,86**
Всего за день:				**64,36**	**77,86**	**270,29**	**2 058,16**
Всего за 12 дней завтраков:				**303,69**	**340,17**	**1 395,23**	**9 925,34**
Всего за 12 дней обедов:				**471,43**	**531,38**	**2 062,18**	**14 715,37**
Итог за 12 дней:				**775,12**	**871,55**	**3 457,41**	**24 640,71**
Среднее значение за период:				**64,59**	**72,63**	**288,12**	**2 053,39**

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

Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2011.-544с.

- Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.

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