

Согласовано



г.

Утверждаю

Генеральный директор

ООО "Северная Столица"

Левин Д.А.

г.



Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)

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

с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

| Наименование | Выход, г | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологи- ческой карты | Белки | Жиры | Углеводы | Энергети- ческая цен- ность, ккал. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|--|-------------|---|---|-------|-------|----------|--|------------------|-------|-------|------|------------------------------|--------|--------|-------|
| | | | | Всего | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 1 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 170 | 2008 | 214 | 15,40 | 16,05 | 19,09 | 282,41 | 0,09 | 0,00 | 0,38 | 4,01 | 128,59 | 281,35 | 21,62 | 3,15 |
| Бутерброд с повидлом | 30/5/20 | 2008 | 2 | 1,69 | 3,63 | 29,28 | 156,5 | 0,05 | 0,48 | 0,040 | 0,60 | 9,90 | 30,65 | 11,70 | 0,69 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 2021 | 54-4гн | 1,60 | 1,40 | 8,60 | 53,5 | 0,01 | 0,30 | 0,007 | 0,00 | 57,30 | 46,30 | 9,90 | 0,80 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Мандарин свежий | 100 | к/к | к/к | 0,81 | 0,31 | 11,54 | 52,00 | 0,06 | 26,70 | 0,00 | 0,20 | 37,00 | 20,00 | 12,00 | 0,15 |
| Итого за прием пищи: | 555 | | | 21,15 | 21,96 | 81,61 | 608,76 | 0,24 | 27,48 | 0,43 | 5,17 | 238,49 | 397,80 | 59,12 | 5,15 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий(кусочком) | 80 | 2021 | 54-3з | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 | 0,04 | 15,00 | 0,008 | 0,42 | 8,40 | 15,60 | 12,00 | 0,54 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями ,курой и сметаной | 200/10/5 | 2008 | 100 | 3,65 | 3,35 | 19,10 | 121,15 | 0,08 | 6,40 | 0,155 | 0,25 | 23,60 | 65,57 | 22,25 | 1,07 |
| Жаркое по-домашнему из свинины | 250 | 2017 | 259 | 13,50 | 12,40 | 16,80 | 232,80 | 0,04 | 0,00 | 0,06 | 2,20 | 10,00 | 154,00 | 20,00 | 2,00 |
| Сок фруктовый мультифрукт | 200 | 2008 | 442 | 0 | 0 | 22 | 88 | 0,04 | 50 | 0,008 | 0,2 | 16 | 292 | 20 | 0,54 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 820 | | | 21,24 | 16,94 | 93,98 | 613,54 | 0,28 | 71,40 | 0,23 | 3,83 | 71,44 | 594,37 | 89,40 | 5,91 |
| Всего за день: | 1375 | | | 42,39 | 38,90 | 175,59 | 1222,30 | 0,52 | 98,88 | 0,66 | 9,00 | 309,93 | 992,17 | 148,52 | 11,06 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 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 технологической карты | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|--|-------------|---|---------------------------------------|-------|-------|----------|--------------------------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|
| | | | | Всего | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 2 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным | 200/5 | 2008 | 184 | 8,20 | 6,82 | 33,92 | 230 | 0,17 | 1,32 | 0,050 | 0,26 | 142,96 | 228,63 | 70,10 | 2,64 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 2008 | 3 | 4,54 | 3,17 | 14,64 | 105,25 | 0,04 | 0,11 | 0,028 | 0,31 | 154,60 | 134,40 | 14,10 | 0,52 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2021 | 54-23гн | 3,80 | 3,50 | 15,68 | 109,4 | 0,004 | 0,65 | 0,016 | 0,00 | 138,75 | 133,75 | 38,38 | 1,38 |
| Яблоко свежее | 150 | к/к | к/к | 0,47 | 0,47 | 12,54 | 56,4 | 0,04 | 12,00 | 0,000 | 0,48 | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 |
| Итого за прием пищи: | 595 | | | 17,01 | 13,96 | 76,78 | 501,05 | 0,25 | 14,08 | 0,09 | 1,05 | 455,51 | 509,98 | 133,38 | 7,18 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым) | 80 | 2021 | 54-16з | 1,00 | 7,10 | 5,40 | 89,5 | 0,02 | 3,01 | 0,200 | 3,62 | 16,00 | 29,00 | 13,00 | 0,60 |
| Суп картофельный с рыбой | 200/20 | 2008 | 98 | 4,24 | 2,75 | 15,97 | 105,25 | 0,098 | 12,98 | 0,156 | 1,53 | 24,16 | 89,62 | 24,43 | 0,91 |
| Котлета рубленая из птицы с соусом молочным | 120 | 2008 | 314/366 | 19,00 | 15,44 | 18,32 | 288 | 0,10 | 16,00 | 0,140 | 3,64 | 94,00 | 191,60 | 41,60 | 2,12 |
| Рис отварной с овощами | 150 | 2016 | 334 | 3,00 | 4,30 | 27,13 | 159,25 | 0,04 | 0,78 | 0,000 | 0,20 | 11,31 | 72,02 | 25,35 | 0,58 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 2021 | 54-1хн | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81 | 0,00 | 0,00 | 0,015 | 0,05 | 50,00 | 4,00 | 2,00 | 0,10 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриснтами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 845 | | | 31,17 | 30,66 | 120,42 | 881,75 | 0,34 | 32,77 | 0,51 | 9,80 | 208,91 | 453,44 | 121,53 | 6,07 |
| Всего за день: | 1440 | | | 48,18 | 44,62 | 197,20 | 1382,80 | 0,59 | 46,85 | 0,61 | 10,85 | 664,42 | 963,42 | 254,91 | 13,25 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | В ₁ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 3 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 160 | 2008 | 224 | 16,60 | 13,70 | 35,70 | 332 | 0,09 | 0,20 | 0,009 | 0,79 | 276,70 | 343,30 | 40,40 | 1,16 |
| Бутерброд 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 лимоном | 200/5 | 2021 | 54-3гн | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 27,9 | 0,00 | 1,16 | 0,000 | 0,01 | 6,90 | 8,50 | 4,60 | 0,80 |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210 | к/к | к/к | 2,52 | 5,25 | 11,7 | 104,1 | 0,02 | 2,88 | 0,023 | 0 | 196,2 | 100,8 | 6 | 0,18 |
| Итого за прием пищи: | 610 | | | 21,82 | 23,38 | 68,70 | 571,90 | 0,16 | 4,24 | 0,07 | 1,24 | 487,30 | 479,65 | 60,90 | 2,75 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Столичный" | 80 | 2018 | 74 | 6,08 | 8,50 | 10,12 | 141,30 | 0,06 | 2,18 | 0,15 | 2,26 | 17,29 | 124,26 | 39,95 | 1,00 |
| Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной | 200/10/5 | 2008 | 91 | 4,57 | 4,84 | 13,40 | 115,16 | 0,08 | 7,98 | 0,210 | 0,25 | 20,86 | 72,75 | 22,58 | 1,05 |
| Котлета рыбная с соусом томатным | 100 | 2008 | 239/364 | 9,88 | 10,64 | 18,91 | 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 | 5,30 | 20,30 | 141 | 0,14 | 5,00 | 0,040 | 0,20 | 47,00 | 85,00 | 29,00 | 1,10 |
| Сок фруктовый яблочный | 200 | 2008 | 442 | 0,2 | 0,26 | 22,3 | 92 | 0,02 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 820 | | | 27,26 | 30,61 | 118,83 | 859,01 | 0,47 | 19,36 | 0,48 | 7,83 | 159,99 | 528,61 | 133,48 | 9,19 |
| Всего за день: | 1430 | | | 49,08 | 53,99 | 187,53 | 1430,91 | 0,63 | 23,60 | 0,54 | 9,07 | 647,29 | 1008,26 | 194,38 | 11,94 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 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 технологической карты | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. | Витамины (мг) | | | | Минеральные вещества (мг) | | | |
|--|-------------|---|---------------------------------------|-------|-------|----------|--------------------------------|----------------|-------|-------|-------|---------------------------|--------|--------|-------|
| | | | | Всего | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 4 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Плов из птицы | 150 | 2017 | 291 | 12,51 | 6,71 | 27,34 | 219,80 | 0,11 | 4,90 | 0,02 | 0,41 | 27,07 | 142,00 | 40,45 | 1,40 |
| Бутерброд с повидлом | 30/5/20 | 2008 | 2 | 1,69 | 3,63 | 29,28 | 156,5 | 0,05 | 0,48 | 0,040 | 0,60 | 9,90 | 30,65 | 11,70 | 0,69 |
| Какао с молоком | 200 | 2021 | 54-21гн | 4,50 | 4,35 | 12,50 | 107,2 | 0,04 | 0,68 | 0,017 | 1,10 | 143,00 | 130,00 | 34,30 | 1,10 |
| Банан свежий | 200 | к/к | к/к | 3,01 | 1,07 | 42,00 | 189 | 0,08 | 20,00 | 0,040 | 0,08 | 16,00 | 56,00 | 84,00 | 1,20 |
| Итого за прием пищи: | 605 | | | 21,71 | 15,76 | 111,12 | 672,50 | 0,28 | 26,06 | 0,12 | 2,19 | 195,97 | 358,65 | 170,45 | 4,39 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий (кусочком) | 80 | 2021 | 54-2з | 0,45 | 0,08 | 1,50 | 8,47 | 0,02 | 6,00 | 0,01 | 4,08 | 13,80 | 25,20 | 8,40 | 0,36 |
| Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 200/5 | 2008 | 76 | 2,43 | 3,95 | 9,46 | 83,6 | 0,06 | 8,78 | 0,165 | 0,13 | 38,80 | 49,45 | 20,45 | 1,03 |
| Шницель рубленый из говядины с соусом томатным | 120 | 2008 | 272/364 | 15,24 | 16,40 | 13,88 | 264,8 | 0,08 | 0,40 | 0,036 | 3,64 | 13,20 | 168,00 | 25,60 | 2,08 |
| Рагу овощное (3 вариант) | 150 | 2008 | 351 | 4,20 | 8,20 | 15,70 | 153,6 | 0,70 | 13,20 | 0,900 | 0,50 | 52,80 | 105,60 | 31,20 | 1,32 |
| Кисель из кураги | 200 | 2008 | 406 | 0,70 | 0,10 | 37,00 | 151 | 0,02 | 0,00 | 0,000 | 1,10 | 28,00 | 24,00 | 15,00 | 0,40 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 830 | | | 26,45 | 29,80 | 111,34 | 820,22 | 0,96 | 28,38 | 1,11 | 10,21 | 160,04 | 439,45 | 115,80 | 6,95 |
| Всего за день: | 1435 | | | 48,16 | 45,56 | 222,46 | 1492,72 | 1,24 | 54,44 | 1,23 | 12,40 | 356,01 | 798,10 | 286,25 | 11,34 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 5 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Макароны запеченные с сыром | 160 | 2008 | 211 | 8,73 | 10,50 | 36,30 | 274,6 | 0,69 | 0,00 | 0,140 | 1,10 | 127,40 | 113,50 | 10,38 | 0,98 |
| Зефир витаминизированный в инд. упаковке | 35 | к/к | к/к | 0,03 | 0,03 | 27,90 | 112 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,54 | 8,75 | 4,20 | 2,10 | 0,49 |
| Чай с сахаром | 200 | 2021 | 54-гн | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,8 | 0,00 | 0,00 | 0,000 | 0,00 | 5,00 | 8,00 | 4,00 | 1,00 |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 210 | к/к | к/к | 2,52 | 5,25 | 11,7 | 104,1 | 0,02 | 2,88 | 0,023 | 0 | 196,2 | 100,8 | 6 | 0,18 |
| Итого за прием пищи: | 605 | | | 11,48 | 15,78 | 82,40 | 517,50 | 0,78 | 2,88 | 0,21 | 1,64 | 337,35 | 226,50 | 22,48 | 2,65 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты (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 овощной со сметаной и гречками | 200/5/15 | 2008 | 95 | 4,16 | 4,18 | 20,11 | 134,6 | 0,09 | 8,80 | 0,15 | 0,62 | 32,90 | 60,45 | 21,05 | 0,94 |
| Запеканка картофельная с мясом | 250 | 2008 | 299 | 17,60 | 25,20 | 40,80 | 460,40 | 0,28 | 24,00 | 0,04 | 6,20 | 36,00 | 262,00 | 70,00 | 4,00 |
| Сок фруктовый мультифрукт | 200 | 2008 | 442 | 0 | 0 | 22 | 88 | 0,04 | 50 | 0,008 | 0,2 | 16 | 292 | 20 | 0,54 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 825 | | | 26,47 | 34,53 | 122,87 | 908,25 | 0,51 | 104,40 | 0,23 | 9,62 | 137,54 | 704,05 | 138,20 | 7,80 |
| Всего за день: | 1430 | | | 37,95 | 50,31 | 205,27 | 1425,75 | 1,29 | 107,28 | 0,44 | 11,26 | 474,89 | 930,55 | 160,68 | 10,45 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | В ₁ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 6 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Оладьи из печени | 150 | 2008 | 290 | 16,70 | 25,50 | 28,60 | 410,00 | 0,42 | 51,00 | 11,97 | 8,70 | 18,00 | 468,00 | 30,00 | 12,00 |
| Молоко кипяченое | 200 | 2008 | 434 | 6,10 | 5,30 | 10,10 | 112,5 | 0,08 | 3,00 | 0,020 | 0,00 | 252,00 | 189,00 | 29,00 | 2,00 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 2008 | 3 | 4,54 | 3,17 | 14,64 | 105,25 | 0,04 | 0,11 | 0,028 | 0,31 | 154,60 | 134,40 | 14,10 | 0,52 |
| Яблоко свежее | 150 | к/к | к/к | 0,47 | 0,47 | 12,54 | 56,4 | 0,04 | 12,00 | 0,000 | 0,48 | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 570 | | | 29,46 | 35,01 | 78,98 | 748,50 | 0,61 | 66,11 | 12,02 | 9,85 | 449,50 | 824,10 | 87,80 | 17,52 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из свеклы отварной | 80 | 2021 | 54-13з | 1,10 | 3,60 | 6,10 | 61,20 | 0,01 | 3,04 | 0,00 | 0,56 | 26,00 | 29,00 | 15,00 | 0,90 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной | 200/10/5 | 2008 | 84 | 4,65 | 5,70 | 6,48 | 95,8 | 0,06 | 19,40 | 0,180 | 0,40 | 40,20 | 58,40 | 20,40 | 0,80 |
| Рыба запеченная | 100 | 2008 | 233 | 12,20 | 10,80 | 17,40 | 216 | 0,00 | 0,00 | 0,080 | 3,20 | 22,00 | 174,00 | 8,00 | 0,60 |
| Картофель отварной | 150 | 2008 | 333 | 2,90 | 4,70 | 23,50 | 148,00 | 0,15 | 21,00 | 0,04 | 0,20 | 21,00 | 79,00 | 30,00 | 1,20 |
| Сок фруктовый яблочный | 200 | 2008 | 442 | 0,2 | 0,26 | 22,3 | 92 | 0,02 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 820 | | | 24,48 | 26,13 | 109,58 | 771,75 | 0,32 | 47,44 | 0,30 | 5,32 | 136,64 | 421,60 | 96,55 | 8,06 |
| Всего за день: | 1390 | | | 53,94 | 61,14 | 188,56 | 1520,25 | 0,93 | 113,55 | 12,33 | 15,17 | 586,14 | 1245,70 | 184,35 | 25,58 |

**Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 7 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 160 | 2008 | 224 | 16,60 | 13,70 | 35,70 | 332 | 0,09 | 0,20 | 0,009 | 0,79 | 276,70 | 343,30 | 40,40 | 1,16 |
| Бутерброд 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 |
| Какао с молоком | 200 | 2021 | 54-21гн | 4,50 | 4,35 | 12,50 | 107,2 | 0,04 | 0,68 | 0,017 | 1,10 | 143,00 | 130,00 | 34,30 | 1,10 |
| Банан свежий | 200 | к/к | к/к | 3,01 | 1,07 | 42,00 | 189 | 0,08 | 20,00 | 0,040 | 0,08 | 16,00 | 56,00 | 84,00 | 1,20 |
| | 595 | | | 26,51 | 23,55 | 104,80 | 736,10 | 0,26 | 20,88 | 0,10 | 2,41 | 443,20 | 556,35 | 168,60 | 4,07 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Помидор свежий(кусочком) | 80 | 2021 | 54-3з | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 | 0,04 | 15,00 | 0,008 | 0,42 | 8,40 | 15,60 | 12,00 | 0,54 |
| Суп картофельный с горохом, с гречками | 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 |
| Биточки по -белорусски | 100 | 2008 | 289 | 21,00 | 22,40 | 1,20 | 290 | 0,06 | 0,00 | 0,020 | 3,20 | 18,00 | 206,00 | 24,00 | 4,00 |
| Капуста тушеная (свежая) | 150 | 2008 | 346 | 3,80 | 4,30 | 9,80 | 93,00 | 0,04 | 27,00 | 0,11 | 0,30 | 90,00 | 59,00 | 29,00 | 1,20 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 2021 | 54-1хн | 0,50 | 0,00 | 19,80 | 81 | 0,00 | 0,00 | 0,015 | 0,05 | 50,00 | 4,00 | 2,00 | 0,10 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 820 | | | 36,16 | 31,64 | 93,61 | 803,89 | 0,38 | 46,80 | 0,33 | 5,42 | 224,34 | 464,50 | 115,55 | 9,42 |
| Всего за день: | 1415 | | | 62,67 | 55,19 | 198,41 | 1539,99 | 0,64 | 67,68 | 0,43 | 7,83 | 667,54 | 1020,85 | 284,15 | 13,49 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | В ₁ | С | А | Е | Са | Р | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 8 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша пшениная молочная с маслом сливочным | 200/5 | 2008 | 184 | 8,51 | 5,24 | 42,86 | 253 | 0,19 | 1,25 | 0,060 | 0,20 | 133,61 | 204,22 | 56,76 | 1,52 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 2008 | 3 | 4,54 | 3,17 | 14,64 | 105,25 | 0,04 | 0,11 | 0,028 | 0,31 | 153,40 | 151,90 | 0,32 | 0,52 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2021 | 54-23гн | 3,80 | 3,50 | 15,68 | 109,4 | 0,004 | 0,65 | 0,016 | 0,00 | 138,75 | 133,75 | 38,38 | 1,38 |
| Апельсин свежий | 160 | к/к | к/к | 1,44 | 0,32 | 12,96 | 60,48 | 0,06 | 84,00 | 0,000 | 0,42 | 48,20 | 32,20 | 18,20 | 0,48 |
| Итого за прием пищи: | 605 | | | 18,29 | 12,23 | 86,14 | 528,13 | 0,29 | 86,01 | 0,10 | 0,93 | 473,96 | 522,07 | 113,66 | 3,90 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Свеколка" | 80 | 2008 | 50 | 6,40 | 8,08 | 12,16 | 147,20 | 0,02 | 5,60 | 0,02 | 3,84 | 38,40 | 44,80 | 22,40 | 1,52 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями, курой и сметаной | 200/10/5 | 2008 | 100 | 3,65 | 3,35 | 19,10 | 121,15 | 0,08 | 6,40 | 0,155 | 0,25 | 23,60 | 65,57 | 22,25 | 1,07 |
| Тефтели рыбные | 100 | 2021 | 54-12р | 14,10 | 2,60 | 8,60 | 114,30 | 0,07 | 0,32 | 0,02 | 1,68 | 25,00 | 168,00 | 24,00 | 0,70 |
| Рагу овощное (3 вариант) | 150 | 2008 | 351 | 4,20 | 8,20 | 15,70 | 153,6 | 0,70 | 13,20 | 0,900 | 0,50 | 52,80 | 105,60 | 31,20 | 1,32 |
| Сок фруктовый яблочный | 200 | 2008 | 442 | 0,2 | 0,26 | 22,3 | 92 | 0,02 | 4 | 0 | 0,2 | 14 | 14 | 8 | 2,8 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 820 | | | 31,98 | 23,56 | 111,66 | 787,00 | 0,97 | 29,52 | 1,10 | 7,23 | 167,24 | 465,17 | 123,00 | 9,17 |
| Всего за день: | 1425 | | | 50,27 | 35,79 | 197,80 | 1315,13 | 1,27 | 115,53 | 1,21 | 8,16 | 641,20 | 987,24 | 236,66 | 13,07 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 9 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Омлет натуральный | 170 | 2008 | 214 | 15,40 | 16,05 | 19,09 | 282,41 | 0,09 | 0,00 | 0,38 | 4,01 | 128,59 | 281,35 | 21,62 | 3,15 |
| Зефир витаминизированный в инд. упаковке | 35 | к/к | к/к | 0,03 | 0,03 | 27,90 | 112 | 0,07 | 0,00 | 0,05 | 0,54 | 8,75 | 4,20 | 2,10 | 0,49 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200/5 | 2021 | 54-3гн | 0,30 | 0,00 | 6,70 | 27,9 | 0,00 | 1,16 | 0,000 | 0,01 | 6,90 | 8,50 | 4,60 | 0,80 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5% | 210 | к/к | к/к | 2,52 | 5,25 | 11,7 | 104,1 | 0,02 | 2,88 | 0,023 | 0 | 196,2 | 100,8 | 6 | 0,18 |
| Итого за прием пищи: | 650 | | | 19,90 | 21,90 | 78,49 | 590,76 | 0,21 | 4,04 | 0,45 | 4,92 | 346,14 | 414,35 | 38,22 | 4,98 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат "Столичный" | 80 | 2018 | 74 | 6,08 | 8,50 | 10,12 | 141,30 | 0,06 | 2,18 | 0,15 | 2,26 | 17,29 | 124,26 | 39,95 | 1,00 |
| Суп овощной со сметаной и гречками | 200/5/15 | 2008 | 95 | 4,16 | 4,18 | 20,11 | 134,6 | 0,09 | 8,80 | 0,15 | 0,62 | 32,90 | 60,45 | 21,05 | 0,94 |
| Голубцы ленивые | 247 | 2016 | 315,00 | 19,11 | 13,75 | 29,19 | 317,55 | 0,21 | 26,70 | 0,05 | 0,87 | 89,75 | 242,62 | 61,40 | 2,30 |
| 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 ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 822 | | | 32,98 | 27,70 | 121,12 | 866,20 | 0,45 | 39,68 | 0,36 | 4,71 | 160,38 | 498,53 | 141,55 | 7,00 |
| Всего за день: | 1472 | | | 52,88 | 49,60 | 199,61 | 1456,96 | 0,66 | 43,72 | 0,81 | 9,64 | 506,52 | 912,88 | 179,77 | 11,98 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 10 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Макароны запеченные с сыром | 160 | 2008 | 211 | 8,73 | 10,50 | 36,30 | 274,6 | 0,69 | 0,00 | 0,140 | 1,10 | 127,40 | 113,50 | 10,38 | 0,98 |
| Бутерброд с повидлом | 30/5/20 | 2008 | 2 | 1,69 | 3,63 | 29,28 | 156,5 | 0,05 | 0,48 | 0,040 | 0,60 | 9,90 | 30,65 | 11,70 | 0,69 |
| Чай с молоком и сахаром | 200 | 2021 | 54-4гн | 1,60 | 1,40 | 8,60 | 53,5 | 0,01 | 0,30 | 0,007 | 0,00 | 57,30 | 46,30 | 9,90 | 0,80 |
| Яблоко свежее | 150 | к/к | к/к | 0,47 | 0,47 | 12,54 | 56,4 | 0,04 | 12,00 | 0,000 | 0,48 | 19,20 | 13,20 | 10,80 | 2,64 |
| Итого за прием пищи: | 565 | | | 12,49 | 16,00 | 86,72 | 541,00 | 0,79 | 12,78 | 0,19 | 2,18 | 213,80 | 203,65 | 42,78 | 5,11 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Винегрет с растительным маслом (до 01.03 с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым) | 80 | 2021 | 54-16з | 1,00 | 7,10 | 5,40 | 89,5 | 0,02 | 3,01 | 0,100 | 3,62 | 16,00 | 29,00 | 13,00 | 0,60 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, курой и сметаной | 200/10/5 | 2008 | 84 | 4,65 | 5,70 | 6,48 | 95,8 | 0,06 | 19,40 | 0,180 | 0,40 | 40,20 | 58,40 | 20,40 | 0,80 |
| Тефтели из говядины с соусом томатным | 100/50 | 2008 | 285/365 | 12,9 | 15,1 | 19,1 | 264 | 0,05 | 3 | 0,15 | 2,3 | 14 | 154 | 25 | 2,2 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 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 |
| Кисель из кураги | 200 | 2008 | 406 | 0,70 | 0,10 | 37,00 | 151 | 0,02 | 0,00 | 0,000 | 1,10 | 28,00 | 24,00 | 15,00 | 0,40 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 870 | | | 26,28 | 33,67 | 139,48 | 965,05 | 0,26 | 25,41 | 0,46 | 8,48 | 122,64 | 410,60 | 114,55 | 6,36 |
| Всего за день: | 1435 | | | 38,77 | 49,67 | 226,20 | 1506,05 | 1,05 | 38,19 | 0,65 | 10,66 | 336,44 | 614,25 | 157,33 | 11,47 |

**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 11 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пудинг из творога с соусом молочным(сладким) | 170 | 2008 | 225 | 20,28 | 15,34 | 32,90 | 351,00 | 0,09 | 0,00 | 0,14 | 0,78 | 193,70 | 265,20 | 33,80 | 1,56 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 2008 | 3 | 4,54 | 3,17 | 14,64 | 105,25 | 0,04 | 0,11 | 0,028 | 0,31 | 154,60 | 134,40 | 14,10 | 0,52 |
| Кофейный напиток с молоком | 200 | 2021 | 54-23гн | 3,80 | 3,50 | 15,68 | 109,4 | 0,004 | 0,65 | 0,016 | 0,00 | 138,75 | 133,75 | 38,38 | 1,38 |
| Йогурт питьевой фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5% | 210 | к/к | к/к | 2,52 | 5,25 | 11,7 | 104,1 | 0,02 | 2,88 | 0,023 | 0 | 196,2 | 100,8 | 6 | 0,18 |
| Итого за прием пищи: | 620 | | | 31,14 | 27,26 | 74,92 | 669,75 | 0,15 | 3,64 | 0,21 | 1,09 | 683,25 | 634,15 | 92,28 | 3,64 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий (кусочком) | 80 | 2021 | 54-2з | 0,45 | 0,08 | 1,50 | 8,47 | 0,02 | 6,00 | 0,01 | 4,08 | 13,80 | 25,20 | 8,40 | 0,36 |
| Борщ с капустой, картофелем, со сметаной | 200/5 | 2008 | 76 | 2,43 | 3,95 | 9,46 | 83,6 | 0,06 | 8,78 | 0,165 | 0,13 | 38,80 | 49,45 | 20,45 | 1,03 |
| Рыба запеченная | 100 | 2008 | 233 | 12,20 | 10,80 | 17,40 | 216 | 0,00 | 0,00 | 0,080 | 3,20 | 22,00 | 174,00 | 8,00 | 0,60 |
| Картофельное пюре | 150 | 2008 | 335 | 3,10 | 5,30 | 20,30 | 141 | 0,14 | 5,00 | 0,040 | 0,20 | 47,00 | 85,00 | 29,00 | 1,10 |
| Сок фруктовый мультифрукт | 200 | 2008 | 442 | 0 | 0 | 22 | 88 | 0,04 | 50 | 0,008 | 0,2 | 16 | 292 | 20 | 0,54 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 810 | | | 21,61 | 21,20 | 104,46 | 695,82 | 0,34 | 69,78 | 0,30 | 8,57 | 151,04 | 692,85 | 101,00 | 5,39 |
| Всего за день: | 1430 | | | 52,75 | 48,46 | 179,38 | 1365,57 | 0,49 | 73,42 | 0,51 | 9,66 | 834,29 | 1327,00 | 193,28 | 9,03 |

**Цикличное двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 242,20 руб. (завтрак - 96,90 руб., обед - 145,30 руб.)
для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга
с компенсацией его стоимости за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**

| 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 | Всего | Всего | | B ₁ | C | A | E | Ca | P | Mg | Fe |
| | | | | г | г | г | | | | | | | | | |
| 12 день | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | | | | |
| Каша из пшена и риса жидкая молочная с маслом сливочным "Дружба" | 200 | 2008 | 190 | 6,16 | 6,37 | 26,73 | 189 | 0,10 | 2,00 | 0,080 | 0,20 | 182,00 | 172,00 | 34,00 | 0,00 |
| Бутерброд 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 | 2021 | 54-гн | 0,20 | 0,00 | 6,50 | 26,8 | 0,00 | 0,00 | 0,000 | 0,00 | 5,00 | 8,00 | 4,00 | 1,00 |
| Мандарин свежий | 100 | к/к | к/к | 0,81 | 0,31 | 11,54 | 52,00 | 0,06 | 26,70 | 0,00 | 0,20 | 37,00 | 20,00 | 12,00 | 0,15 |
| Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5% | 125 | к/к | к/к | 2,8 | 2,5 | 13 | 85,6 | 0,04 | 0,5 | 0,03 | 0 | 136 | 106,2 | 16,25 | 0,1 |
| Итого за прием пищи: | 660 | | | 12,37 | 13,61 | 72,37 | 461,30 | 0,25 | 29,20 | 0,14 | 0,84 | 367,50 | 333,25 | 76,15 | 1,86 |
| Обед | | | | | | | | | | | | | | | |
| Салат из квашеной капусты (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 |
| Рассольник "Ленинградский" со сметаной | 200/5 | 2008,00 | 91,00 | 2,27 | 4,11 | 14,12 | 102,40 | 0,09 | 6,40 | 0,17 | 0,20 | 24,40 | 61,45 | 21,25 | 0,81 |
| Печень по-строгановски | 100,00 | 2008,00 | 256,00 | 14,60 | 12,45 | 13,85 | 225,00 | 0,33 | 12,97 | 9,48 | 1,20 | 24,22 | 362,85 | 22,91 | 7,77 |
| Рис отварной | 150,00 | 2008,00 | 325,00 | 3,70 | 6,30 | 32,80 | 203,00 | 0,02 | 0,00 | 0,05 | 0,30 | 3,00 | 61,00 | 19,00 | 0,60 |
| 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 ржано-пшеничный обогащенный | 45 | к/к | к/к | 1,78 | 0,50 | 20,70 | 94,4 | 0,05 | 0,00 | 0,000 | 0,40 | 7,74 | 47,70 | 11,25 | 1,40 |
| Батон обогащенный микронутриентами | 30 | к/к | к/к | 1,65 | 0,57 | 13,10 | 64,35 | 0,03 | 0,00 | 0,003 | 0,36 | 5,70 | 19,50 | 3,90 | 0,36 |
| Итого за прием пищи: | 815 | | | 25,48 | 28,21 | 128,63 | 869,65 | 0,55 | 42,97 | 9,72 | 4,50 | 111,26 | 578,90 | 94,31 | 12,50 |
| Всего за день: | 1475 | | | 37,85 | 41,82 | 201,00 | 1330,95 | 0,80 | 72,17 | 9,87 | 5,34 | 478,76 | 912,15 | 170,46 | 14,36 |
| Итого за 12 дней средняя: | | | | 47,91 | 47,92 | 198,25 | 1415,78 | 0,84 | 71,28 | 2,44 | 9,92 | 541,95 | 976,05 | 204,23 | 13,09 |
| 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 Куткиной М.Н.
- Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Москва Делта плюс 2016. Редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник рецептов на продукцию обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва Делта плюс 2017. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тутельяна В.А.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. - 18 изд. СПб : Профи, 2018 - 776 с. Составители : Голунова Л.Е., Лабзина М.Т.
- Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей . Новосибирск 2021 . 288 с.