

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 435 Курортного района Санкт-Петербурга

_____ / Т.Ю. Виткалова /
" 29 " августа 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
"ЭКОСЕРВЕНЬ"

_____ /Савельева М.П./
" 29 " августа 2024 г.

Циклическое 10-дневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак) для представителей питания учащихся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений г. Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Углеводы, г	
1 день						
Завтрак						
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	131,90
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	70	8,60	7,00	133,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	0,80	1,40	49,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	53,60
ТТК № 115	115/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	51,70
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	81,00
Итого за прием пищи:			565	19,80	18,10	500,80
Всего за день:				19,80	18,10	500,80
2 день						
Завтрак						
ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	168,60
ТТК № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	4,10	9,10	118,00
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	15/20	5,10	5,00	108,10
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	53,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	80,90
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	38,00
Итого за прием пищи:			535	19,20	21,80	567,20
Всего за день:				19,20	21,80	567,20
3 день						
Завтрак						
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	150	4,20	5,20	162,70
ТТК № 13	13/1	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	15/20	1,60	0,60	89,60
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	53,60
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	88,00
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	81,00
Итого за прием пищи:			535	15,20	12,60	474,90
Всего за день:				15,20	12,60	474,90

Итого за прием пищи:

Всего за день:

162,70

89,60

53,60

88,00

81,00

474,90

474,90

4 день

Завтрак

ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,60	4,70	20,80	141,00
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	70	8,60	7,00	13,30	133,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	0,80	1,40	8,40	49,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 102	102/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			540	17,50	16,60	84,40	541,10
Всего за день:				17,50	16,60	84,40	541,10

5 день

Завтрак

ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	128,00
ТТК № 122	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
ТТК № 16	16/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/20	3,90	3,50	10,60	89,90
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	150	4,20	3,80	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			580	23,30	23,20	65,70	541,70
Всего за день:				23,30	23,20	65,70	541,70

6 день

Завтрак

ТТК № 135	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,70	11,10	28,00	255,20
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА СЛАДКАЯ)	30	1,40	1,90	2,70	30,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 101	101/1	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,70	27,40
ТТК № 1	1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			500	13,00	19,20	70,70	515,50
Всего за день:				13,00	19,20	70,70	515,50

7 день

Завтрак

ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	23,20	168,60
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	70	8,60	7,00	13,30	133,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	0,80	1,40	8,40	49,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 102	102/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	150	4,20	3,80	16,50	81,00
Итого за прием пищи:			570	20,20	18,00	78,90	514,70
Всего за день:				20,20	18,00	78,90	514,70

8 день

Завтрак

ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
ТТК № 122	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30
ТТК № 16	16/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	10/20	3,90	3,50	10,60	89,90
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 115	115/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00

Итого за прием пищи:		530	17,40	18,10	59,70	482,40
Всего за день:			17,40	18,10	59,70	482,40
9 день						
Завтрак						
ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	4,20	6,60	26,30
ТТК № 76	76/1	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,10	4,60	0,30
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50
Итого за прием пищи:		540	17,80	17,20	66,10	471,30
Всего за день:			17,80	17,20	66,10	471,30
10 день						
Завтрак						
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	70	8,60	7,00	13,30
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	15	0,80	1,40	8,40
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50
Итого за прием пищи:		515	19,40	17,00	66,50	490,20
Всего за день:			19,40	17,00	66,50	490,20
Итого за 10 дней:			182,80	181,80	713,10	5 099,80
Среднее значение за период:			18,28	18,18	71,31	509,98
Регистр Технико-технологических карт, разработанных "xxxxxxx"						
Технико-технологические карты разработаны на основе:						
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 рецептур 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, рецептур блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина, - 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.						
Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.						
"СОГЛАСОВАНО"						
Директор ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 435 Курортного района Санкт-Петербурга						
"УТВЕРЖДАЮ"						
Генеральный директор						
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ						
"ВОСКРЕСЕНЬЕ"						
" 29 " августа 2024 г.						
Виткалова /						
" 29 " августа 2024 г.						
Циклическое 10-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (обед) для представителей питания учащихся 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		Питательные вещества		Энергетическая ценность, ккал
		Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
1 день						
Обед						
ТТК № 74	74/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ		60	0,70	3,70
					2,80	47,50

ТТК № 111	111/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,30	4,10	4,80	76,80
ТТК № 112	112/1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	240	15,10	14,50	28,70	327,10
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,10	20,50	85,50
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			860	25,00	24,30	106,30	779,50
Всего за день:				25,00	24,30	106,30	779,50

2 день

Обед							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,40	0,10	1,10	7,20
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ((С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	200	2,40	4,30	13,20	118,70
ТТК № 23	23/1	ГУЛЯШ	90	8,70	18,40	2,30	157,00
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	32,40	188,30
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
Итого за прием пищи:			780	23,50	29,10	114,10	776,80
Всего за день:				23,50	29,10	114,10	776,80

3 день

Обед							
ТТК № 2	2/1	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	0,90	6,10	4,60	76,50
ТТК № 12	12/1	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,40	4,60	9,00	82,10
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	14,00	5,90	2,10	126,60
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,40	4,70	19,00	126,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 128	128/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	16,80	68,50
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			860	25,90	23,00	99,30	718,70
Всего за день:				25,90	23,00	99,30	718,70

4 день

Обед							
ТТК № 120	120/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	60	0,50	3,10	4,50	49,10
ТТК № 84	84/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	200	5,00	1,90	12,40	95,60
ТТК № 42	42/1	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	90	11,50	10,50	9,50	188,60
ТТК № 52	52/1	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			780	25,80	20,70	113,70	758,70
Всего за день:				25,80	20,70	113,70	758,70

5 день

Обед							
ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	60	0,90	6,10	8,10	85,30
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,60	3,00	12,30	82,30
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	13,20	11,20	16,80	203,00
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 49	49/2	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,10	0,00	6,80	29,60

ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			820	25,50	25,90	107,50	717,70
Всего за день:				25,50	25,90	107,50	717,70
6 день							
Обед							
ТТК № 14	14/1	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	80	4,30	7,20	4,80	102,60
ТТК № 141	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	200	3,10	4,20	10,60	98,80
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	16,20	18,70	19,10	309,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,00	92,00
Итого за прием пищи:			800	30,20	31,80	94,40	798,40
Всего за день:				30,20	31,80	94,40	798,40
7 день							
Обед							
ТТК № 54	54/2	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ПОМИДОРЫ)	60	0,10	0,10	2,30	13,20
ТТК № 94	94/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	200	2,60	4,20	6,40	89,90
ТТК № 43	43/1	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	90	11,70	9,00	15,40	204,40
ТТК № 130	130/1	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	3,30	4,30	18,30	130,10
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 129	129/1	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			860	24,30	19,40	104,10	733,10
Всего за день:				24,30	19,40	104,10	733,10
8 день							
Обед							
ТТК № 131	131/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,00	3,10	4,90	52,30
ТТК № 132	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,20	6,70	10,40	95,40
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)	90	11,50	10,00	13,20	196,70
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	1,70	4,80	13,10	93,40
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			780	24,60	26,10	114,30	769,40
Всего за день:				24,60	26,10	114,30	769,40
9 день							
Обед							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	60	0,40	0,10	1,10	7,20
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	200	2,90	5,60	7,80	105,20
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	14,20	9,50	6,10	143,50
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	4,20	17,70	135,80
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 40	40/1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	180	0,10	0,10	9,60	40,40
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			820	30,50	25,10	105,80	749,60
Всего за день:				30,50	25,10	105,80	749,60
10 день							
Обед							
ТТК № 20	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,70	6,10	4,10	73,60

ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	200	1,60	3,00	12,30	82,30
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	100	9,70	5,00	9,60	133,80
ТТК № 121	121/1	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,60	0,40	18,50	88,40
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			790	21,60	20,70	114,30	761,50
Всего за день:				21,60	20,70	114,30	761,50
Итого за 10 дней:				256,90	246,10	1 073,80	7 563,40
Среднее значение за период:				25,69	24,61	107,38	756,34

Регистр Технико-технологических карт, разработанных "xxxxxxx"

Технико-технологические карты разработаны на основе:

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, рецептур 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.

Допускаются отклонения в случае сбоя поставок в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

Директор ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 435 Курортного района Санкт-Петербурга

Т.Ю. Виткалова /

августа 2024 г.

"СОГЛАСОВАНО"

Генеральный директор

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ

"ВОСКРЕСЕНЬЕ"

Савельева М.П. /

августа 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Цикличное 12-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для представления 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							
Завтрак							
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	80	9,80	7,90	15,20	152,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	20	1,00	1,80	11,20	65,60
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,80	0,90	9,50	53,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ м. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			630	23,70	20,70	95,20	608,20
Обед							
ТТК № 74	74/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,10	6,20	4,70	79,10
ТТК № 111	111/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	250	2,70	4,60	6,00	87,40
ТТК № 112	112/1	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С КАРТОФЕЛЕМ	280	17,60	16,90	33,50	381,90
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 № 98	98/1	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	22,80	95,10
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			1030	29,70	30,00	125,80	930,30

Всего за день:										53,40	50,70	221,00	1 538,50
2 день													
Завтрак													
ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	23,20	168,60						
ТТК № 58	58/1	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	80	4,70	9,80	2,70	126,80						
ТТК № 16	16/1	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25/20	7,50	7,90	10,70	144,40						
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20						
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90						
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00						
Итого за прием пищи:			575	23,70	26,00	77,70	665,90						
Обед													
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,70	0,10	1,90	12,00						
ТТК № 81	81/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (С ГОРОХОМ) И ГРЕНКАМИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА)	250	4,50	5,50	17,20	145,20						
ТТК № 23	23/1	ГУЛЯШ	100	9,70	20,40	2,50	174,40						
ТТК № 45	45/1	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,80	38,90	226,00						
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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00						
Итого за прием пищи:			930	29,30	33,60	134,90	907,40						
Всего за день:				53,00	59,60	212,60	1 573,30						
3 день													
Завтрак													
ТТК № 37	37/1	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	200	5,60	6,90	25,50	216,90						
ТТК № 15	15/1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	10/20	1,60	8,80	10,70	128,40						
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20						
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00						
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20						
Итого за прием пищи:			630	18,90	23,80	89,60	637,70						
Обед													
ТТК № 2	2/1	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	1,50	10,20	7,60	127,50						
ТТК № 12	12/2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	250	3,40	4,70	10,90	106,20						
ТТК № 59	59/1	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	120	18,60	7,90	2,80	168,80						
ТТК № 119	119/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	2,90	5,60	22,80	152,00						
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 № 128	128/1	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,70	76,20						
ТТК № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00						
Итого за прием пищи:			1050	34,90	30,40	119,90	913,50						
Всего за день:				53,80	54,20	209,50	1 551,20						
4 день													
Завтрак													
ТТК № 34	34/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,60	4,70	20,80	141,00						
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	80	9,80	7,90	15,20	152,40						
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	20	1,00	1,80	11,20	65,60						
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20						
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00						
ТТК № 91	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,40	0,00	7,30	31,10						
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00						
Итого за прием пищи:			575	20,60	18,50	100,10	632,30						

ТТК № 135	135/1	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	200	9,90	14,70	37,40	306,20
ТТК № 22	22/1	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА СЛАДКАЯ)	50	2,30	3,20	4,50	50,50
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 19	19/1	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	12,40	102,00
ТТК № 90	90/1	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,40	0,10	10,20	42,30
ТТК № 1	1/2	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ)	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			605	16,80	24,80	96,00	655,20

Обед							
ТТК № 14	14/1	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	128,20
ТТК № 141	141/1	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (С ПТИЦЕЙ)	250	4,50	5,40	13,10	118,50
ТТК № 21	21/1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	280	18,90	21,80	22,30	361,00
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 № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	92,00	939,50
Итого за прием пищи:			930	36,70	38,20	110,60	1 594,70
Всего за день:				53,50	63,00	206,60	

8 день

Завтрак							
ТТК № 31	31/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,90	5,30	23,20	168,60
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	80	9,80	7,90	15,20	152,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	20	1,00	1,80	11,20	65,60
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 91	91/1	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,40	0,00	7,30	31,10
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2.5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			635	24,10	20,60	97,90	622,10

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	180	4,00	5,20	21,90	156,10
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 № 1	1/1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	100	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:			1030	29,30	29,80	110,50	906,60
Всего за день:				53,40	50,40	208,40	1 528,70

9 день

Завтрак							
ТТК № 36	36/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90
ТТК № 122	122/1	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,90	9,50	1,50	123,70
ТТК № 16	16/4	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20	6,30	6,40	10,70	126,20
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,80	0,90	9,50	53,90
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за прием пищи:			570	22,50	22,80	71,00	589,90

Обед							
ТТК № 131	131/1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
ТТК № 132	132/1	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	5,20	8,40	13,00	119,20
ТТК № 11	11/1	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ)(КОТЛЕТЫ)	100	12,70	11,10	14,70	218,60
ТТК № 133	133/1	МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	2,00	5,80	15,70	112,40
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 № 113	113/3	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			930	29,00	32,20	133,60	913,20
Всего за день:				51,50	55,00	204,60	1 503,10

10 день							
Завтрак							
ТТК № 118	118/1	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	200	5,60	8,90	35,10	241,10
ТТК № 76	76/1	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 60	60/1	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
ТТК № 44	44/1	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20
Итого за прием пищи:			660	22,90	23,40	103,40	677,40

Обед							
ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,70	0,10	1,90	12,00
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	250	3,40	6,00	118,40	118,40
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	5,00	21,20	162,90
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 № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	22,80	95,10
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:			1010	38,80	29,80	136,60	941,40
Всего за день:				61,70	53,20	240,00	1 618,80

11 день							
Завтрак							
ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	128,00
ТТК № 114	114/1	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	80	9,80	7,90	15,20	152,40
ТТК № 26	26/1	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	20	1,00	1,80	11,20	65,60
ТТК № 10	10/1	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
ТТК № 97	97/1	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			550	22,30	18,90	81,80	579,20

Обед							
ТТК № 20	20/1	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,20	10,20	6,70	122,60
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	250	2,00	4,20	15,30	95,20
ТТК № 110	110/1	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ (БИТОЧКИ)	100	9,70	5,00	9,60	133,80
ТТК № 121	121/1	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180	3,60	5,80	34,10	220,70
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 № 113	113/1	СОК ФРУКТОВЫЙ (ЯБЛОЧНЫЙ)	200	1,00	0,20	20,20	92,00
Итого за прием пищи:			930	24,40	27,20	134,90	904,10
Всего за день:				46,70	46,10	216,70	1 483,30

12 день							
Завтрак							
ТТК № 34	34/2	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	7,10	8,50	31,70	210,40
ТТК № 136	136/1	БУТЕРБРОД С ОТВАРНЫМИ МЯСНЫМИ ПРОДУКТАМИ (СВИНИНА)	50	6,50	9,40	10,60	192,60
ТТК № 10	10/3	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
ТТК № 63	63/1	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ (С ЯБЛОКАМИ)	60	2,80	2,70	22,30	124,90
ТТК № 92	92/1	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,80	0,90	9,50	53,90
ТТК № 29	29/1	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	180	5,00	4,50	19,80	97,20

Итого за прием пищи:				690	24,70	26,50	104,50	678,70
Обед								
ТТК № 137	137/1	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,40	10,10	3,00	106,50	
ТТК № 84	84/2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	250	5,40	2,30	16,10	104,60	
ТТК № 43	43/2	КОТЛЕТЫ РУБЕЛЬНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	13,00	10,00	17,10	227,10	
ТТК № 30	30/1	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	3,40	7,00	17,10	145,50	
ТТК № 89	89/2	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 № 128	128/2	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,70	0,00	18,70	76,20	
ТТК № 1	1/4	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого за прием пищи:			1030	30,20	31,60	130,80	946,70	
Всего за день:				54,90	58,10	235,30	1 625,40	
Всего за 12 дней завтраков:				267,90	273,10	1 098,80	7 634,60	
Всего за 12 дней обедов:				375,70	372,30	1 516,50	10 948,70	
Итого за 12 дней:				643,60	645,40	2 615,30	18 583,30	
Среднее значение за период:				53,63	53,78	217,94	1 548,61	

Регистр Технико-технологических карт, разработанных "xxxxxxx"

Технико-технологические карты разработаны на основе:

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 производство 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. Тапешкина,- 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.
Допускаются отклонения в случае сбав поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБОУ средняя общеобразовательная школа № 435 Курортного района

Санкт-Петербурга

/ Т.Ю. Виткалова /

29 августа 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ "ВОСКРЕСЕНЬЕ"

Савельева М.П./

29 августа 2024 г.

Циклическое десятидневное сбалансированное меню рациона горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения питания детей и подростков (7-11 лет) в летнем городском лагере дневного пребывания

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Углеводы, г	

1 день

Завтрак

2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	5,50	5,30	23,20	168,60
2016	231	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	70	4,10	9,10	2,30	118,00
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	15/5/20	5,20	9,20	10,70	146,90
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
ТТК	1	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:			540	18,30	25,30	66,20	585,80

Обед

2016	14	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,10	6,20	4,70	79,10
2016	72	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,10	4,80	4,60	89,00
2008	241	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	120	16,30	4,30	7,20	132,00
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,20	20,20	136,10

2021		575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	27,80	132,60
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	21,20	107,20
2008		442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	20,20	92,00
Итого за прием пищи:				870	31,50	105,90	768,00
Полдник							
2021		200	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	120	4,30	14,30	127,20
2016		372	СОУС СМЕТАННЫЙ	60	0,80	3,50	44,60
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	21,20	107,20
2008		430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	7,50	30,50
Итого за прием пищи:				420	8,30	46,50	309,50
Всего за день:					58,10	218,60	1 663,30
2 день							
Завтрак							
2008		189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,80	8,30	216,80
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	107,20
2021		465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	12,40	80,90
2021		470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	16,50	120,00
Итого за прием пищи:				570	14,80	80,00	524,90
Обед							
2017		71	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	100	0,70	0,10	12,00
2016		87/123	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) И ГРЕНКАМИ	200	2,40	4,30	118,70
2017		271	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	120	15,40	14,00	252,00
2008		209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,40	4,80	188,30
2021		575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	132,60
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	107,20
2016		390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,10	0,10	40,40
Итого за прием пищи:				850	30,90	25,10	851,20
Полдник							
2021		580	ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ	20	0,80	5,40	102,00
2008		442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1,00	0,20	92,00
ТТК		1	СЛИВА СВЕЖАЯ	100	0,80	0,30	49,00
Итого за прием пищи:				320	2,60	5,90	243,00
Всего за день:					48,30	241,00	1 619,10
3 день							
Завтрак							
2008		187	КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ)	150	4,20	6,60	192,80
2008		213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	63,00
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	53,60
2016		416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	88,00
2021		582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	88,00
ТТК		1	НЕКТАРИН СВЕЖИЙ	100	0,90	0,10	45,00
Итого за прием пищи:				510	16,80	16,90	530,40
Обед							
2008		40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	87,20
2016		63	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,10	6,50	118,00
2008		299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ	240	16,80	16,00	325,50
2021		575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	132,60
2021		576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	107,20
2008		442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	136,00
Итого за прием пищи:				840	29,00	29,40	906,50

Полдник									
2008	428	ЯБЛОКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОРЕХАМИ И ЧЕРНОСЛИВОМ	110	3,50	11,90	11,90	11,90	172,00	
2016	420	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	8,40	108,00	
Итого за прием пищи:			310	9,30	16,90	20,30	20,30	280,00	
Всего за день:				55,10	63,20	230,30	230,30	1 716,90	
4 день									
Завтрак									
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	56,90	437,60	
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	10,60	53,60	
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	6,90	28,90	
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	16,50	120,00	
Итого за прием пищи:			555	27,70	23,90	90,90	90,90	640,10	
Обед									
2016	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	100	0,80	5,20	7,50	7,50	81,90	
2016	82	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,30	4,40	12,30	12,30	99,40	
2017	260	ГУЛЯШ	120	11,60	24,50	3,00	3,00	209,30	
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	28,40	184,20	
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	27,80	132,60	
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	21,20	107,20	
2016	398	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,10	20,50	20,50	85,50	
Итого за прием пищи:			850	27,50	40,90	120,70	120,70	900,10	
Полдник									
2022	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	10/20	1,60	0,60	16,60	16,60	77,60	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	5,00	9,60	9,60	108,00	
ТТК	1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	21,00	96,00	
Итого за прием пищи:			330	9,10	6,10	47,20	47,20	281,60	
Всего за день:				64,30	70,90	258,80	258,80	1 821,80	
5 день									
Завтрак									
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,00	5,40	14,30	14,30	128,00	
2016	229	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	1,30	108,30	
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	10/5/20	3,90	7,60	10,70	10,70	127,30	
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	10,60	53,60	
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	12,40	80,90	
ТТК	1	АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,90	0,10	9,00	9,00	44,00	
Итого за прием пищи:			535	20,00	23,60	58,30	58,30	542,10	
Обед									
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,60	10,10	13,40	13,40	136,20	
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,20	1,90	11,00	11,00	103,20	
2021	376	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	13,20	11,20	16,80	16,80	203,00	
2021	575	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	60	3,90	0,70	27,80	27,80	132,60	
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	21,20	107,20	
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	1,00	0,00	25,40	25,40	110,00	
Итого за прием пищи:			840	30,90	25,00	115,60	115,60	792,20	
Полдник									
2022	287	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	100	6,80	6,80	39,70	39,70	203,20	
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,20	0,20	10,70	10,70	44,90	
Итого за прием пищи:			300	7,00	7,00	50,40	50,40	248,10	
Всего за день:				57,90	55,60	224,30	224,30	1 582,40	

6 день										
Завтрак										
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,50	5,20	19,10	146,70			
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И МАСЛОМ	10/5/20	1,60	4,70	16,60	115,00			
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60			
2016	416	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,70	2,50	12,40	88,00			
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00			
Итого за прием пищи:			535	15,50	16,70	75,20	523,30			
Обед										
ТТК	14	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	100	5,40	9,00	6,00	138,20			
2016	88	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ	200	4,40	2,70	14,40	99,80			
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	16,20	18,70	19,10	323,40			
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			
Итого за прием пищи:			840	33,90	32,40	108,70	893,20			
Полдник										
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	130	8,00	11,10	23,60	235,40			
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,10	0,10	9,60	39,80			
ТТК	1	ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,30	10,30	47,00			
Итого за прием пищи:			430	8,50	11,50	43,50	322,20			
Всего за день:				57,90	60,60	227,40	1 738,70			
7 день										
Завтрак										
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	170/30	21,80	19,60	56,90	437,60			
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20			
2008	431	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/5	0,20	0,00	6,90	28,90			
ТТК	1	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00			
Итого за прием пищи:			520	25,40	21,10	94,80	620,70			
Обед										
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100	6,10	9,60	4,70	128,40			
2016	73	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,70	4,80	6,20	98,70			
2016	322	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	120	15,60	12,00	20,50	272,50			
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,60	3,70	14,60	93,80			
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			
2017	352	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	13,90	56,90			
Итого за прием пищи:			850	35,00	32,00	108,90	890,10			
Полдник										
2008	473	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	100	6,50	8,00	55,80	289,30			
2016	420	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	106,00			
Итого за прием пищи:			300	12,30	13,00	63,80	395,30			
Всего за день:				72,70	66,10	267,50	1 906,10			
8 день										
Завтрак										
2008	189	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ	130	3,10	4,50	18,30	131,90			
2016	229	СЛИВОЧНЫЙ ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	6,90	8,30	1,30	108,30			
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60			

2013	654	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,60	0,90	9,10	51,70
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			555	17,30	18,00	55,80	465,50
Обед							
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,60	5,10	8,20	87,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	8,20	1,90	11,00	103,20
2017	269	КОТЛЕТЫ (ОСОБЫЕ)	120	15,20	13,30	17,60	262,30
2016	334	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	150	3,00	4,90	28,40	184,20
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 ПЕРСИКОВЫЙ	200	0,60	0,00	33,00	136,00
Итого за прием пищи:			870	35,50	27,00	147,20	1 012,70
Полдник							
2021	582	ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	20	1,40	2,60	14,60	88,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	5,00	9,60	108,00
ТТК	1	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи:			320	8,90	8,10	45,20	292,00
Всего за день:				61,70	53,10	248,20	1 770,20
9 день							
Завтрак							
2017	183	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	8,40	9,60	37,80	272,50
2008	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	10/5/20	3,90	7,60	10,70	127,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2021	465	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	1,70	12,40	80,90
ТТК	1	АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,90	0,10	9,00	44,00
Итого за прием пищи:			535	17,50	19,50	80,50	578,30
Обед							
2017	70	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	10,00
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	200	3,40	7,60	7,60	130,50
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	8,10	191,30
2016	339	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,10	4,20	20,20	136,10
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
2013	601	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,70	0,00	16,80	68,50
Итого за прием пищи:			850	33,80	26,40	103,40	776,20
Полдник							
2021	201	ПУДИНГ ОВОЩНОЙ	120	5,10	4,30	11,10	103,10
2016	368	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60	1,20	3,10	4,20	50,30
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,10	21,20	107,20
2008	436	НАПИТОК АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,20	0,00	12,50	51,60
Итого за прием пищи:			420	9,50	8,50	49,00	312,20
Всего за день:				60,80	54,40	232,90	1 666,70
10 день							
Завтрак							
2008	210	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	150	8,70	11,10	28,00	255,20
2017	71	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,00	0,10	1,10	6,60
2021	576	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,50	10,60	53,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	6,70	27,40
2021	470	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	150	4,20	3,80	16,50	120,00
Итого за прием пищи:			530	14,60	15,50	62,90	462,80

Обед							
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	200	4,30	4,40	12,30	99,40
2016	271	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	120	11,60	6,00	11,30	149,40
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-И ВАРИАНТ)	150	2,70	9,10	16,90	133,10
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
Итого за прием пищи:			870	29,20	28,40	124,50	843,50
Полдник							
2016	252	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ	120/20	13,00	12,50	38,20	301,60
2008	431	СГУЩЕННЫМ ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/5	0,30	0,00	7,60	32,00
Итого за прием пищи:			345	13,30	12,50	45,80	333,60
Всего за день:				57,10	56,40	233,20	1 639,90
Итого за 10 дней:				593,90	583,00	2 382,20	17 125,10
Среднее значение за период:				59,39	58,30	238,22	1 712,51

Используемые сборники:
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 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 "xxxxxxx"
Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов, согласно периода созревания на территории РФ.