

"Согласовано"
 Директор ГБОУ Лицей №495
М. В. Аринова

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

" 27 " сентября 2025 г

6 день							
Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Обед							
ТТК № 74	74/2	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	100	1,10	6,20	4,70	79,10
ТТК № 125	125/1	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	250	4,50	4,70	6,40	89,80
ТТК № 126	126/1	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	16,30	12,90	6,70	205,10
ТТК № 127	127/1	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,20	5,60	23,60	181,10
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 № 113	113/2	СОК ФРУКТОВЫЙ (АБРИКОСОВЫЙ)	200	1,00	0,00	25,40	110,00
ТТК № 1	1/3	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ)	100	0,80	0,20	7,50	38,00
Итого за прием пищи:			1070	34,80	31,40	123,30	942,90
Всего за день:				34,80	31,40	123,30	942,90

Зав.производством:

Калькулятор: