"Согласовано"
Директор ГБОУ

**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**

"21" октября 2026 г

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| **3 день** | | | | | | | |
| **Обед** | | | | | | | |
| ТТК № 381/2 | 381/2 | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С СЫРОМ | 100 | 3,42 | 8,02 | 5,82 | 109,14 |
| ТТК № 382/2 | 382/2 | БОРЩ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ) | 250 | 2,66 | 6,90 | 9,45 | 110,54 |
| ТТК № 59/2 | 59/2 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 120 | 14,10 | 12,00 | 9,54 | 194,54 |
| ТТК № 283/2 | 283/2 | РИС ОТВАРНОЙ | 180 | 2,94 | 5,73 | 42,22 | 201,61 |
| ТТК № 89/2 | 89/2 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,60 | 0,44 | 18,52 | 88,44 |
| ТТК № 10/2 | 10/2 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 3,00 | 1,08 | 21,20 | 106,52 |
| ТТК № 128/2 | 128/2 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,78 | 0,00 | 20,56 | 85,36 |
| ТТК № 1/2 | 1/2/1 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ) | 100 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | 43,00 |
| **Итого за прием пищи:** | | | **1030** | **30,40** | **34,37** | **135,41** | **939,15** |
| **Всего за день:** | | | | **30,40** | **34,37** | **135,41** | **939,15** |

**Зав.производством:**

**Калькулятор:**