

"Согласовано"  
Директор ГБОУ Лицей №445  
М.В. Фришман

**Ежедневное 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**

" 12 " марта 2026 г

| 4 день               |                         |                                                            |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                             | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                                            |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Завтрак              |                         |                                                            |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 33/2           | 33/2                    | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130          | 2,38             | 4,90    | 12,47       | 103,50                        |
| ТТК № 114/2          | 114/2                   | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА                                          | 70           | 10,19            | 8,00    | 15,75       | 175,76                        |
| ТТК № 26/2           | 26/2                    | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)                      | 15           | 1,08             | 1,28    | 8,33        | 49,10                         |
| ТТК № 10/2           | 10/2                    | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                          | 20           | 1,50             | 0,54    | 10,60       | 53,26                         |
| ТТК № 60/2           | 60/2                    | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ                                 | 20           | 1,40             | 2,60    | 14,60       | 88,00                         |
| ТТК № 91/2           | 91/2                    | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                              | 180/5        | 0,24             | 0,01    | 7,52        | 31,13                         |
| ТТК № 1/2            | 1/2/4                   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)                                     | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                            | 540          | 17,19            | 17,73   | 79,07       | 547,75                        |
| Обед                 |                         |                                                            |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 178/2          | 178/2                   | САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ                              | 60           | 0,80             | 3,10    | 5,20        | 51,50                         |
| ТТК № 132/2          | 132/2                   | СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ                                   | 200          | 4,45             | 2,56    | 14,24       | 97,80                         |
| ТТК № 42/2           | 42/2                    | КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ                                           | 90           | 9,47             | 11,63   | 10,03       | 182,63                        |
| ТТК № 52/2           | 52/2                    | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                     | 150          | 2,40             | 5,70    | 14,00       | 116,90                        |
| 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 № 113/2          | 113/2/2                 | СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)                                 | 200          | 0,60             | 0,00    | 33,00       | 136,00                        |
| Итого за прием пищи: |                         |                                                            | 780          | 23,32            | 24,51   | 116,19      | 779,79                        |
| Всего за день:       |                         |                                                            |              | 40,51            | 42,24   | 195,26      | 1 327,54                      |

Зав.производством:

Калькулятор: