

Руководитель Управления Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека по городу Санкт-Петербургу и Ленинградской области  
 Государственный санитарный врач  
 Санкт-Петербург  
 С.С. Башкетова  
 2020 г.

**КОПИЯ ВЕРНА**

Генеральный директор ООО "Северная Пальмира"

Ленин Д.А.

2020 г.



Питание двухдневное сбалансированное меню районов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 64,00 руб., обед - 106,00 руб.) для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга (для дополнительных столовых)

Наименование	Выход	Технологическая и рецептурная документация	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Угле-воды	Энергетическая ценность	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				г	г	г	г			В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe		
1 день																			
Завтрак																			
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150/5	2008	189	5,10	7,50	18,90	163	0,10	1,00	0,04	0,20	117,00	146,00	41,00	2,00				
Бутерброд с колбасой варено-копченой	15/20	2008	5	4,13	3,72	14,52	108	0,09	0,00	0,00	0,45	12,90	51,45	13,05	0,86				
Кофейный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00				
Яблоко свежее	100	к/к	к/к	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>11,13</b>	<b>12,92</b>	<b>65,62</b>	<b>425</b>	<b>0,21</b>	<b>12</b>	<b>0,05</b>	<b>1,25</b>	<b>206,90</b>	<b>253,45</b>	<b>69,05</b>	<b>6,06</b>				
Обед																			
Салат картофельный с соевыми отрудами и маслом растительным*	60	2011	37	0,80	13,30	14,30	110	0,00	5,40	0,10	5,90	17,30	21,20	10,70	0,50				
Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной	200/5	2008	76	1,50	4,30	10,40	110	0,00	7,00	0,20	0,20	15,00	140,10	19,60	1,20				
Пилов из пшеницы	200	2008	311	20,70	24,70	36,90	452	0,10	14,70	0,30	6,00	44,00	216,00	46,70	2,70				
Компот из смеси сухофруктов с внт с	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	131	0,02	51,40	0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60				
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>30,27</b>	<b>43,22</b>	<b>134,45</b>	<b>1011</b>	<b>0,30</b>	<b>78,50</b>	<b>0,61</b>	<b>13,89</b>	<b>116,00</b>	<b>451,40</b>	<b>144,30</b>	<b>7,70</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>41,40</b>	<b>56,14</b>	<b>200,07</b>	<b>1436</b>	<b>0,51</b>	<b>90,50</b>	<b>0,66</b>	<b>15,14</b>	<b>322,90</b>	<b>704,85</b>	<b>213,35</b>	<b>13,76</b>				



**Индивидуальное сбалансированное меню районов Горячево питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для доготовочных столовых)**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Угле-водь, г	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				Всего	г	Всего	г			В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>2 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	2008	189	5,60	6,40	24,80	179	0,11	1,00	0,04	0,60	114,00	146,00	29,00	2,00				
Бутерброд с сыром	15/15	2008	3	4,50	4,50	7,40	88	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30				
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,01	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00				
Мандарины свежие	100	к/к	к/к	0,60	0,20	6,00	30	0,00	30,40	0,20	0,00	28,00	13,60	8,80	0,06				
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя мясоявая доля жира 2,5 %	125	к/к	к/к	5,10	3,10	17,40	118	0,00	0,00	0,04	0,00	290,00	950,00	140,00	0,00				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>18,70</b>	<b>16,70</b>	<b>80,40</b>	<b>549</b>	<b>0,17</b>	<b>32,40</b>	<b>0,33</b>	<b>0,90</b>	<b>687,00</b>	<b>1284,60</b>	<b>198,80</b>	<b>3,36</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат из квашеной капусты с маслом растительным*	60	2008	40	1,00	3,10	4,60	50	0,01	16,20	0,02	1,40	29,40	16,80	9,00	0,40				
Суп картофельный с горохом и курой	200/10	2008	99	7,00	4,30	15,20	147	0,10	4,30	0,20	1,60	17,50	164,20	27,20	1,70				
Тертельи рыбные соус томатный	80/20	2008	245/364	11,00	11,90	14,90	185	0,00	0,60	0,00	3,20	18,70	117,40	18,10	0,60				
Пюре картофельное	150	2008	335	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,04	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10				
Компот из кураги	200	2008	401	1,00	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60				
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,77</b>	<b>25,62</b>	<b>130,35</b>	<b>873</b>	<b>0,45</b>	<b>26,10</b>	<b>0,29</b>	<b>8,79</b>	<b>164,30</b>	<b>463,50</b>	<b>155,60</b>	<b>7,10</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>48,47</b>	<b>42,32</b>	<b>210,75</b>	<b>1422</b>	<b>0,62</b>	<b>58,50</b>	<b>0,62</b>	<b>9,69</b>	<b>851,30</b>	<b>1748,10</b>	<b>354,40</b>	<b>10,46</b>				

**Диетическое дижестивное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дополнительных столовых)**

Наименование	Выход, г	Технологическая рецептура и нормативная документация/сборник	№ рецептуры или технологии-чес-кой карты	Белки		Жиры		Угле-воды, г		Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				г	г	г	г	В <sub>1</sub>	С		А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>3 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Пудинг из творога	150	2008	225	22,50	15,00	35,25	366	0,09	0,00	0,15	0,90	198,00	285,00	34,50	1,65					
Бутерброд с повидлом	20/15	2011	2	0,20	0,87	12,00	102	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30					
Чай с молоком	200	2011	378	1,50	1,20	16,00	80	0,00	0,20	0,00	0,00	56,20	38,70	9,20	0,50					
Груша свежая	100	к/к	к/к	0,40	0,30	10,30	47	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,60</b>	<b>17,37</b>	<b>73,55</b>	<b>595</b>	<b>0,13</b>	<b>5,68</b>	<b>0,18</b>	<b>1,70</b>	<b>281,20</b>	<b>353,70</b>	<b>60,70</b>	<b>4,75</b>					
<b>Обед</b>																				
Винегрет овощной с маслом растительным*	60	2008	51	0,84	6,06	3,96	74	0,01	9,00	0,15	2,76	22,80	21,60	11,40	0,60					
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	2008	84	3,80	5,20	7,10	113	0,00	9,60	0,20	0,20	17,10	158,60	19,00	1,10					
Сосиски отварные	100	2008	254	11,20	24,40	0,40	266	0,20	0,00	0,00	0,40	36,00	162,00	20,00	2,00					
Макаронные изделия отварные	150	2008	331	5,50	4,80	31,30	191	0,06	0,00	0,03	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80					
Компот из свежих яблок с виг.с	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	115	0,01	51,60	0,00	0,10	7,00	4,00	4,00	1,00					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60					
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>28,21</b>	<b>41,48</b>	<b>111,81</b>	<b>967</b>	<b>0,46</b>	<b>70,20</b>	<b>0,38</b>	<b>5,55</b>	<b>112,60</b>	<b>433,30</b>	<b>112,70</b>	<b>8,10</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>52,81</b>	<b>58,85</b>	<b>185,36</b>	<b>1562</b>	<b>0,59</b>	<b>75,88</b>	<b>0,56</b>	<b>7,25</b>	<b>393,80</b>	<b>787,00</b>	<b>173,40</b>	<b>12,85</b>					



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню районов горнячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (частн стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для логотипических столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация/сборник	№ рецептуры или технологии-карты	Белки		Жиры		Угле-воды, г		Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				Всего	г	Всего	г	В1	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe				
<b>4 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Омлет натуральный	150	2008	214	14,45	23,86	2,73	284	0,08	0,00	0,27	4,91	114,55	248,18	19,09	2,73					
Бульбурд с колбасой варено-копченой	15/20	2008	5	4,13	3,72	14,52	108	0,09	0,00	0,00	0,45	12,90	51,45	13,05	0,86					
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00					
Яблоко свежее	100	к/к	к/к	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	20	к/к	к/к	1,36	0,16	8,50	45	0,05	0,00	0,00	0,48	3,60	3,80	17,40	0,80					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>20,54</b>	<b>28,24</b>	<b>50,55</b>	<b>544</b>	<b>0,22</b>	<b>10,00</b>	<b>0,27</b>	<b>6,44</b>	<b>152,05</b>	<b>322,43</b>	<b>61,54</b>	<b>7,59</b>					
<b>Обед</b>																				
Салат из свежих помидоров с маслом растительным*	60	2008	2	0,60	6,10	1,98	65	0,03	14,40	0,10	3,10	18,00	14,40	10,80	0,60					
Расольник ленинградский со сметаной	200/5	2008	91	2,30	4,40	13,50	122	0,10	6,00	0,20	0,40	13,30	156,90	21,40	0,90					
Голубцы ленивые	200	2008	306	20,20	22,20	12,40	336	0,08	30,00	0,00	5,20	76,00	190,00	44,00	4,00					
Компот из смеси сухофруктов с виг с	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	131	0,02	51,40	0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60					
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>30,37</b>	<b>33,62</b>	<b>100,73</b>	<b>862</b>	<b>0,41</b>	<b>101,80</b>	<b>0,31</b>	<b>10,49</b>	<b>147,00</b>	<b>435,40</b>	<b>143,50</b>	<b>8,80</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>50,91</b>	<b>61,86</b>	<b>151,28</b>	<b>1406</b>	<b>0,63</b>	<b>111,80</b>	<b>0,58</b>	<b>16,93</b>	<b>299,05</b>	<b>757,83</b>	<b>205,04</b>	<b>16,39</b>					



**Дневничное двухнедельное сбалансированное меню рационал горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
**Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для доготовочных столовых)**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /борник	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)		
				Всего	г	Всего	г			В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мg	Fe		
<b>5 день</b>																			
<b>Завтрак</b>																			
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150/5	2008	189	5,10	7,50	18,90	163	0,10	1,00	0,04	0,20	117,00	146,00	41,00	2,00				
Бутерброд с сыром	15/15	2008	3	4,50	4,50	7,40	88	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30				
Кофейный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00				
Мандарин свежий	100	к/к	к/к	0,60	0,20	6,00	30	0,00	30,40	0,20	0,00	28,00	13,60	8,80	0,06				
Йогурт фруктовый в нид. упаковке производителя массовой доля жира 2,5 %	125	к/к	к/к	5,10	3,10	17,40	118	0,00	0,00	0,04	0,00	290,00	950,00	140,00	0,00				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>16,80</b>	<b>16,60</b>	<b>72,10</b>	<b>506</b>	<b>0,14</b>	<b>32,40</b>	<b>0,33</b>	<b>0,50</b>	<b>630,00</b>	<b>1239,60</b>	<b>203,80</b>	<b>3,36</b>				
<b>Обед</b>																			
Салат из соевых стручков с луком и маслом растительным*	60	2008	20	1,62	3,10	1,56	40	0,01	3,60	0,00	1,38	13,80	16,80	7,80	0,42				
Суп с макаронными изделиями и картофелем, с курой	200/10	2008	101	4,00	3,00	15,20	124	0,00	4,10	0,20	0,30	13,90	139,70	16,40	0,90				
Рыба, запеченная в сметанном соусе	80	2008	237	14,00	17,90	21,60	189	0,00	0,20	0,00	3,40	31,10	98,80	13,90	0,20				
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	23,50	148	0,15	21,00	0,04	0,20	21,00	79,00	30,00	1,20				
Напиток из клюквы, прогретой с сахаром с вкл.с	200	к/к	к/к	0,10	0,10	26,00	102	11,50	3,50	2,50	0,10	0,00	0,00	0,20	0,00				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60				
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00				
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,29</b>	<b>29,62</b>	<b>129,01</b>	<b>811</b>	<b>11,84</b>	<b>32,40</b>	<b>2,74</b>	<b>6,67</b>	<b>98,50</b>	<b>385,40</b>	<b>119,60</b>	<b>5,32</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>46,09</b>	<b>46,22</b>	<b>201,11</b>	<b>1317</b>	<b>11,98</b>	<b>64,80</b>	<b>3,07</b>	<b>7,17</b>	<b>728,50</b>	<b>1625,00</b>	<b>323,40</b>	<b>8,68</b>				



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационал горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
**для представления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга**  
**с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга**  
**(для готовочных столовых)**

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация (борник)	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Угле-воды,		Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
				Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С		А	Е	Са	Р	Mg	Fe								
<b>6 День</b>															<b>Завтрак</b>									
Запеканка рисовая с творогом со грушевыми яблоками	150/20	2008	193	21,10	20,30	57,70	317	0,00	0,10	0,00	0,40	105,40	168,00	36,00	1,10									
Бутерброд с повидлом	20/15	2011	2	0,20	0,87	12,00	102	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30									
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,01	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00									
Груша свежая	100	к/к	к/к	0,40	0,30	10,30	47	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30									
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>24,60</b>	<b>23,97</b>	<b>104,80</b>	<b>600</b>	<b>0,08</b>	<b>6,58</b>	<b>0,04</b>	<b>1,20</b>	<b>253,40</b>	<b>288,00</b>	<b>67,00</b>	<b>4,70</b>									
<b>Обед</b>																								
Помидор свежий (кусочком)	60	2011	71/1	0,20	0,00	2,30	11	0,06	0,20	0,10	1,30	12,40	0,00	0,00	0,30									
Шти из кашеной капусты со сметаной	200/5	2008	85	3,00	4,70	4,30	82	0,00	6,70	0,20	0,10	18,70	26,70	13,50	0,50									
Печень, тушеная в сметанном соусе	80/40	2008	261	20,82	12,33	9,95	242	0,29	19,89	8,56	4,69	20,35	355,51	22,28	7,81									
Каша гречневая рассыпчатая	150	2008	323	3,60	4,60	37,70	206	0,03	0,00	0,03	0,30	11,00	78,00	26,00	0,60									
Кисель, плодово-ягодный с виг.с	200	2008	411	0,10	0,10	27,90	113	0,01	55,40	0,00	0,10	5,00	8,00	2,00	0,40									
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60									
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00									
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>34,39</b>	<b>22,55</b>	<b>123,30</b>	<b>862</b>	<b>0,57</b>	<b>82,19</b>	<b>8,89</b>	<b>7,78</b>	<b>86,15</b>	<b>519,31</b>	<b>115,08</b>	<b>12,21</b>									
<b>Всего за день:</b>				<b>58,99</b>	<b>46,52</b>	<b>228,10</b>	<b>1462</b>	<b>0,65</b>	<b>88,77</b>	<b>8,934</b>	<b>8,98</b>	<b>339,55</b>	<b>807,31</b>	<b>182,08</b>	<b>16,91</b>									



**Питательное двухдневное сбалансированное меню работников горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
 Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дополнительных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация/борник	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы, г		Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)			
				Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С		А	Е	Са	Р	Мг	Fe				
<b>7 день</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
Каша "дружба" с маслом сливочным	150/5	2008	190	4,81	7,70	20,77	174	0,08	1,55	0,06	0,16	141,10	133,30	26,40	0,00					
Бутерброд с ветчиной и свежим огурцом	15/5/25	к/к	к/к	5,20	4,70	13,00	215	0,10	0,20	0,00	0,10	7,10	43,70	8,00	0,70					
Кофейный напиток	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00					
Яблоко свежее	100	к/к	к/к	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>11,91</b>	<b>14,10</b>	<b>65,97</b>	<b>543</b>	<b>0,20</b>	<b>12,75</b>	<b>0,07</b>	<b>0,86</b>	<b>225,20</b>	<b>233,00</b>	<b>49,40</b>	<b>3,90</b>					
<b>Обед</b>																				
Оуред соленый (кусочком)	60	2011	70/2	0,20	0,00	4,30	8	0,00	8,80	0,10	1,30	24,00	116,60	9,20	0,60					
Суп из овощей со сметаной	200/5	2008	95	2,10	3,40	8,90	99	0,00	7,40	0,20	0,30	13,20	140,00	18,10	0,90					
Котлеты рубленые из кур(филе), запеченные с соусом молочным	80	2008	316	11,80	14,08	9,12	211	0,05	6,40	0,18	0,48	97,60	123,20	20,80	1,60					
Рис отварной	150	2008	325	3,70	6,30	32,80	203	0,02	0,00	0,05	0,30	3,00	61,00	19,00	0,60					
Компот из кураги	200	2008	401	1,00	0,10	34,20	142	0,02	0,00	0,03	1,10	33,00	29,00	21,00	0,70					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60					
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00					
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>25,47</b>	<b>24,70</b>	<b>130,47</b>	<b>871</b>	<b>0,27</b>	<b>22,60</b>	<b>0,56</b>	<b>4,77</b>	<b>189,50</b>	<b>520,90</b>	<b>139,40</b>	<b>7,00</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>37,38</b>	<b>38,80</b>	<b>196,44</b>	<b>1414</b>	<b>0,47</b>	<b>35,35</b>	<b>0,63</b>	<b>5,63</b>	<b>414,70</b>	<b>753,90</b>	<b>188,80</b>	<b>10,90</b>					



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационной горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
 для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для готовых столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /борник	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-водь, г	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)				
								В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe			
<b>8 день</b>															<b>Завтрак</b>			
Каша "янтарная" из пшена с яблоками	150	2008	187	5,04	7,32	28,10	199	0,12	1,20	0,05	0,36	76,80	121,20	33,60	2,40			
Бутерброд с сыром	15/15	2008	3	4,50	4,50	7,40	88	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30			
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	8,00	4,00	1,00			
Мандарин свежий	100	к/к	к/к	0,60	0,20	6,00	30	0,00	30,40	0,20	0,00	28,00	13,60	8,80	0,06			
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя масовая доля жира 2,5 %	125	к/к	к/к	5,10	3,10	17,40	118	0,00	0,00	0,04	0,00	290,00	950,00	140,00	0,00			
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>15,44</b>	<b>15,22</b>	<b>73,90</b>	<b>495</b>	<b>0,14</b>	<b>31,60</b>	<b>0,33</b>	<b>0,66</b>	<b>533,80</b>	<b>1177,80</b>	<b>193,40</b>	<b>3,76</b>			
Салат из квашеной капусты с маслом растительным*	60	2008	40	1,00	3,06	4,62	50	0,01	16,20	0,02	1,38	29,40	16,80	9,00	0,42			
Суп картофельный с рыбой	200/20	2008	92	4,80	3,00	18,00	122	0,10	9,70	0,20	0,50	10,80	116,20	36,40	1,30			
Жаркое по-домашнему со свинойной	200	1996	394	16,80	20,80	21,60	399	0,50	11,20	0,00	2,30	23,30	173,10	43,80	2,40			
Напиток апельсиновый с влг с	200	2008	436	0,20	0,00	25,70	105	0,01	50,13	0,00	0,10	8,00	5,00	3,00	0,00			
Зефир витаминизированный в инд. упаковке производителя	35	к/к	к/к	1,10	2,70	36,00	101	2,30	0,70	0,00	0,30	0,00	0,00	4,70	0,00			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60			
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00			
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>30,57</b>	<b>30,38</b>	<b>147,07</b>	<b>985</b>	<b>3,10</b>	<b>87,93</b>	<b>0,22</b>	<b>5,87</b>	<b>90,20</b>	<b>362,20</b>	<b>148,20</b>	<b>6,72</b>			
<b>Всего за день:</b>				<b>46,01</b>	<b>45,6</b>	<b>220,97</b>	<b>1480</b>	<b>3,24</b>	<b>119,53</b>	<b>0,55</b>	<b>6,53</b>	<b>624,00</b>	<b>1540,00</b>	<b>341,60</b>	<b>10,48</b>			



**Циклическое двухдневное сбалансированное меню рационал горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
 Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для готовочных столовых)

Наименование	Выход, г	Техноло- ги- ческая и нормати- в-ная докумен- та-ция /сборник	№ рецептуры или технологич- еской карты	Белки г	Жиры г	Угле- воды, г	Энергетиче- ская цен- ность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)										
								В1	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe								
<b>9 день</b>														<b>Завтрак</b>									
Пудинг из творога	150	2008	225	22,50	15,00	35,25	366	0,09	0,00	0,15	0,90	198,00	285,00	34,50	1,65								
Бутерброд с колбасой варено- копченой	15/20	2008	5	4,13	3,72	14,52	108	0,09	0,00	0,00	0,45	12,90	51,45	13,05									
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134	0,04	1,00	0,01	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00								
Яблоко свежее	100	к/к	к/к	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20								
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,93</b>	<b>21,62</b>	<b>84,37</b>	<b>655</b>	<b>0,22</b>	<b>11,00</b>	<b>0,16</b>	<b>1,95</b>	<b>347,90</b>	<b>437,45</b>	<b>69,55</b>	<b>4,85</b>								
<b>Обед</b>														<b>Обед</b>									
Помидор свежий (кусочком)	60	2011	71/1	0,20	0,00	2,30	11	0,06	0,20	0,10	1,30	12,40	0,00	0,00	0,30								
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	200/5	2008	79	4,00	5,00	15,00	130	0,00	4,40	0,20	0,10	20,10	169,60	24,30	1,40								
Тертые (1-й вариант), соус томатный	80/20	2008	283/364	6,00	8,10	11,30	238	0,00	1,10	0,00	3,80	19,00	101,70	14,80	1,60								
Капша гречневая рассыпчатая	150	2008	323	3,60	4,60	37,70	206	0,03	0,00	0,03	0,30	11,00	78,00	26,00	0,60								
Компот из черносливы с виш с	200	2008	401	0,60	0,20	29,30	124	0,01	50,10	0,00	0,20	20,00	20,00	26,00	0,80								
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60								
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00								
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>21,07</b>	<b>18,72</b>	<b>136,75</b>	<b>917</b>	<b>0,28</b>	<b>55,80</b>	<b>0,33</b>	<b>6,99</b>	<b>101,20</b>	<b>420,40</b>	<b>142,40</b>	<b>7,30</b>								
<b>Всего за день:</b>				<b>51,00</b>	<b>40,34</b>	<b>221,12</b>	<b>1572</b>	<b>0,50</b>	<b>66,80</b>	<b>0,49</b>	<b>8,94</b>	<b>449,10</b>	<b>857,85</b>	<b>211,95</b>	<b>12,15</b>								



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационал горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
 Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дошкольных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация/сорник	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)		
				Всего	Всего	Всего	Всего			В <sub>1</sub>	С	А	Е	Са	Р	Мг	Fe
<b>10 день</b>																	
<b>Завтрак</b>																	
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	2008	189	5,60	6,90	24,40	183	0,12	1,00	0,04	0,10	110,00	138,00	36,00	2,00		
Бутерброд с повидлом	20/15	2011	2	0,20	0,87	12,00	102	0,02	0,48	0,03	0,40	8,00	14,00	5,00	0,30		
Чай с сахаром и лимоном	200/5	2008	431	0,30	0,10	15,20	61	0,00	3,00	0,00	0,00	7,40	9,00	5,00	0,10		
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00		
Апельсин свежий	100	к/к	к/к	0,90	0,20	8,10	43	0,04	60,00	0,01	0,20	34,00	23,00	13,00	0,30		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>10,95</b>	<b>8,57</b>	<b>83,85</b>	<b>507</b>	<b>0,26</b>	<b>64,48</b>	<b>0,08</b>	<b>1,03</b>	<b>170,90</b>	<b>227,50</b>	<b>75,50</b>	<b>3,70</b>		
<b>Обед</b>																	
Салат из свежкл отварной с маслом растительным	60	2011	52	0,70	5,00	4,30	68	0,00	0,02	6,00	0,05	16,70	111,00	24,00	1,70		
Рассольник с курой со сметаной	200/10/5	2008	89	4,00	5,00	12,00	124	0,10	5,50	0,20	0,20	18,90	145,70	19,60	0,80		
Рыба, запеченная в омлете	80	2010	249	12,40	11,20	13,00	186	0,10	7,20	0,00	2,30	22,60	110,00	25,30	1,10		
Пюре картофельное	150	2008	335	3,10	5,40	20,30	141	0,14	5,00	0,04	0,20	47,00	85,00	29,00	1,10		
Компот из смеси сухофруктов с вишней	200	2008	402	0,60	0,10	31,70	131	0,02	51,40	0,01	0,50	21,00	23,00	16,00	0,70		
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60		
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>27,47</b>	<b>27,52</b>	<b>122,45</b>	<b>858</b>	<b>0,54</b>	<b>69,12</b>	<b>6,25</b>	<b>4,54</b>	<b>144,90</b>	<b>525,80</b>	<b>165,20</b>	<b>8,00</b>		
<b>Всего за день:</b>				<b>38,42</b>	<b>36,09</b>	<b>206,30</b>	<b>1365</b>	<b>0,80</b>	<b>133,60</b>	<b>6,33</b>	<b>5,57</b>	<b>315,80</b>	<b>753,30</b>	<b>240,70</b>	<b>11,70</b>		



**Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационное горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб.,обед - 106,00 руб.)**  
 Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дополнительных столовых)

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация/сборник	№ рецептуры или технологической карты	Белки		Жиры		Углеводы, г	Энергетическая ден-ность, ккал.	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)		
				Всего	Всего	В <sub>1</sub>	С			А	Е	Са	Р	Mg	Fe			
<b>11 день</b>																		
<b>Завтрак</b>																		
Запеканка рисовая с творогом со ступеным молоком	150/20	2008	193	21,10	20,30	57,70	317	0,00	0,10	0,00	0,40	105,40	168,00	36,00	1,10			
Бутерброд с сыром	15/15	2008	3	4,50	4,50	7,40	88	0,02	0,00	0,04	0,30	134,00	85,00	7,00	0,30			
Кофейный напиток с молоком	200	2008	432	1,50	1,30	22,40	107	0,02	1,00	0,01	0,00	61,00	45,00	7,00	1,00			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	20	к/к	к/к	1,36	0,16	8,50	45	0,05	0,00	0,00	0,48	3,60	3,80	17,40	0,80			
Груша свежая	100	к/к	к/к	0,40	0,30	10,30	47	0,02	5,00	0,00	0,40	19,00	16,00	12,00	2,30			
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>28,86</b>	<b>26,56</b>	<b>106,30</b>	<b>604</b>	<b>0,11</b>	<b>6,10</b>	<b>0,05</b>	<b>1,58</b>	<b>323,00</b>	<b>317,80</b>	<b>79,40</b>	<b>5,50</b>			
<b>Обед</b>																		
Винегрет овощной с маслом растительным*	60	2008	51	0,84	6,06	3,96	74	0,01	9,00	0,15	2,76	22,80	21,60	11,40	0,60			
Суп крестьянский с крупной перловой и сметаной	200/5	2008	94	2,80	5,10	11,00	117	0,00	6,40	0,20	2,10	31,70	50,90	16,00	0,80			
Фрикадельки из птицы.масло сливочное	80/5	2010	308	9,70	10,00	13,60	166	0,10	12,80	0,10	2,90	65,60	131,20	30,40	1,60			
Макаронные изделия отварные	150	2008	331	5,50	4,80	31,30	191	0,06	0,00	0,03	0,80	11,00	36,00	7,00	0,80			
Компот из свежих яблок с вит.с	200	2008	394	0,20	0,20	27,90	115	0,01	51,60	0,00	0,10	7,00	4,00	4,00	1,00			
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60			
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00			
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>25,71</b>	<b>26,98</b>	<b>128,91</b>	<b>871</b>	<b>0,36</b>	<b>79,80</b>	<b>0,48</b>	<b>9,95</b>	<b>156,80</b>	<b>294,80</b>	<b>120,10</b>	<b>7,40</b>			
<b>Всего за день:</b>				<b>54,57</b>	<b>53,54</b>	<b>235,21</b>	<b>1475</b>	<b>0,47</b>	<b>85,90</b>	<b>0,53</b>	<b>11,53</b>	<b>479,80</b>	<b>612,60</b>	<b>199,50</b>	<b>12,90</b>			



**Питательное двухнедельное сбалансированное меню рационное горячего питания (завтрак, обед) стоимостью 167,00 руб. (завтрак - 61,00 руб., обед - 106,00 руб.)**  
 Для предоставления питания учащимся младших классов (7-11 лет) общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга  
 с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга  
 (для дополнительных столовых)

Наименование	Выход, г	Технолог ги- ческая и нормати в-ная докумен та-ция /сборник	№ рецептуры или технологиче- ской карты	Белки		Жиры		Угле- воды, г		Энергетиче- ская цен- ность, ккал.	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
				Всего	г	Всего	г	В <sub>1</sub>	С		А	Е	Са	Р	Мг	Fe								
<b>12 день</b>															<b>Завтрак</b>									
Омлет натуральный	150	2008	214	14,45	23,86	2,73	284	0,08	0,00	0,27	4,91	114,55	248,18	19,09	2,73									
Бутерброд с колбасой варено- копченой	15/20	2008	5	4,13	3,72	14,52	108	0,09	0,00	0,00	0,45	12,90	51,45	13,05	0,86									
Чай с молоком	200	2011	378	1,50	1,20	16,00	80	0,00	0,20	0,00	0,00	56,20	38,70	9,20	0,50									
Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя Масовая доля жира 2,5 %	125	к/к	к/к	5,10	3,10	17,40	118	0,00	0,00	0,04	0,00	290,00	950,00	140,00	0,00									
Яблоко свежее	100	к/к	к/к	0,40	0,40	9,80	47	0,00	10,00	0,00	0,60	16,00	11,00	8,00	2,20									
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>25,58</b>	<b>32,28</b>	<b>60,45</b>	<b>637</b>	<b>0,17</b>	<b>10,20</b>	<b>0,31</b>	<b>5,96</b>	<b>489,65</b>	<b>1299,33</b>	<b>189,34</b>	<b>6,29</b>									
<b>Обед</b>																								
Огулец солёный (кусочком)	60	2011	70/2	0,20	0,00	4,30	8	0,00	8,80	0,10	1,30	24,00	116,60	9,20	0,60									
Суп картофельный	200	2008	92	1,90	2,90	15,40	94	0,10	9,60	0,16	0,16	20,00	62,40	25,60	1,00									
Котлеты мясо-картофельные по- хлыновски	80	2008	275	13,80	11,20	6,00	176	0,12	4,00	0,02	0,60	14,00	140,00	22,00	2,00									
Рагу овощное	150	2008	350	3,50	6,70	11,50	119	0,57	9,00	0,80	0,70	44,00	84,00	24,00	1,00									
Напиток из плодов шиповника	200	2008	441	0,70	0,30	24,40	103	0,01	200,00	0,16	0,00	13,00	3,00	3,00	1,00									
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	к/к	к/к	2,72	0,32	17,00	90	0,10	0,00	0,00	0,96	7,20	7,60	34,80	1,60									
Батон обогащенный микроэлементами	50	к/к	к/к	3,95	0,50	24,15	118	0,08	0,00	0,00	0,33	11,50	43,50	16,50	1,00									
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>26,77</b>	<b>21,92</b>	<b>102,75</b>	<b>708</b>	<b>0,98</b>	<b>231,40</b>	<b>1,24</b>	<b>4,05</b>	<b>133,70</b>	<b>457,10</b>	<b>135,10</b>	<b>8,20</b>									
<b>Всего за день:</b>				<b>52,35</b>	<b>54,20</b>	<b>163,20</b>	<b>1345</b>	<b>1,15</b>	<b>241,60</b>	<b>1,55</b>	<b>10,01</b>	<b>623,35</b>	<b>1756,43</b>	<b>324,44</b>	<b>14,49</b>									
<b>Всего за 12 дней:</b>				<b>578,40</b>	<b>580,48</b>	<b>2419,91</b>	<b>17256</b>	<b>21,61</b>	<b>1173,03</b>	<b>24,49</b>	<b>113,37</b>	<b>5841,85</b>	<b>12704,17</b>	<b>2958,66</b>	<b>151,67</b>									
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>48,20</b>	<b>48,37</b>	<b>201,66</b>	<b>1438,00</b>																	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов за 12 дней в % от калорийности:</b>				<b>13%</b>	<b>30%</b>	<b>56%</b>			<b>Соотношение Са к Р 1:2</b>															

\* - С 01.03. в рецептуре блюд лук репчатый заменяется на лук зеленый



#### Приложение к циклическому двухнедельному меню

- \* - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Деги принт, 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Мотильного М.П., Тутельяна В.А.
- \* - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей. Москва, Деги принт, 2010. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Мотильного М.П., Тутельяна В.А.
- \* - Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб, 2008, под редакцией Куткиной М.Н.
- \* - Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания. Справочник.- Москва, ДеГ принт, 2007.-276с. Редакция Скурихина И.М.; Тутельяна В.А.
- \* - Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. Сборник технологических нормативов. Москва. Хлебпродинформ. 1996 г. Под редакцией Марчука Ф.Л.
- \* Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.4.5.2409-08

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