

**Циклическое 12-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, 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**

Сборник рецептов	№ технолого-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>630</b>	<b>23,70</b>	<b>20,70</b>	<b>95,20</b>	<b>608,20</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1030</b>	<b>29,70</b>	<b>30,00</b>	<b>125,80</b>	<b>930,30</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>1030</b>	<b>53,40</b>	<b>50,70</b>	<b>221,00</b>	<b>1 538,50</b>
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>575</b>	<b>23,70</b>	<b>26,00</b>	<b>77,70</b>	<b>665,90</b>
<b>Обед</b>							
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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>930</b>	<b>29,30</b>	<b>33,60</b>	<b>134,90</b>	<b>907,40</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>930</b>	<b>53,00</b>	<b>59,60</b>	<b>212,60</b>	<b>1 573,30</b>

3 день

Завтрак		Завтрак	
ТТК № 37	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА)	37/1	200
ТТК № 15	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	15/1	10/20
ТТК № 10	КАКАО С МОЛОКОМ	10/1	40
ТТК № 97	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	97/1	180
ТТК № 29		29/1	180
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>630</b>
ТТК № 2	САЛАТ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	2/1	100
ТТК № 12	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ)	12/2	250
ТТК № 59	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	59/1	120
ТТК № 119	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	119/1	180
ТТК № 89	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	89/1	60
ТТК № 10	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	10/2	40
ТТК № 128	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	128/1	200
ТТК № 1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АПЕЛЬСИНЫ)	1/1	100
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1050</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>119,90</b>
			<b>53,80</b>
			<b>30,40</b>
			<b>54,20</b>
			<b>119,90</b>
			<b>209,50</b>
			<b>913,50</b>
			<b>1 551,20</b>

## 4 День

Завтрак		Завтрак	
ТТК № 34	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	34/1	130
ТТК № 114	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	114/1	80
ТТК № 26	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	26/1	20
ТТК № 10	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	10/1	40
ТТК № 60	ПЕЧЕНЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ	60/1	20
ТТК № 91	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	91/1	180/5
ТТК № 1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	1/4	100
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>575</b>
ТТК № 120	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	120/1	100
ТТК № 84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (С РЫБОЙ)	84/1	250
ТТК № 42	КОТЛЕТЫ ДОМАШНИЕ	42/1	100
ТТК № 52	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-Й ВАРИАНТ)	52/1	180
ТТК № 89	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	89/1	60
ТТК № 10	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	10/2	40
ТТК № 113	СОК ФРУКТОВЫЙ (ПЕРСИКОВЫЙ)	113/3	200
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>930</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>29,60</b>
			<b>50,20</b>
			<b>25,40</b>
			<b>43,90</b>
			<b>133,70</b>
			<b>884,50</b>
			<b>1 516,80</b>

## 5 День

Завтрак		Завтрак	
ТТК № 33	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ПЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	33/1	130
ТТК № 122	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	122/1	80
ТТК № 13	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	13/1	15/20
ТТК № 10	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	10/1	40
ТТК № 44	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	44/1	180
ТТК № 29	ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%	29/1	180
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>645</b>
			<b>4,00</b>
			<b>5,40</b>
			<b>14,30</b>
			<b>128,00</b>
			<b>1,50</b>
			<b>9,50</b>
			<b>0,60</b>
			<b>19,60</b>
			<b>21,20</b>
			<b>1,70</b>
			<b>12,40</b>
			<b>19,80</b>
			<b>80,90</b>
			<b>97,20</b>
			<b>88,80</b>
			<b>626,60</b>

## Обед

ТТК № 123	123/1	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	1,60	10,10	13,40	136,20
ТТК № 70	70/1	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (СО СМЕТАНОЙ)	250	2,00	4,20	15,30	95,20
ТТК № 124	124/1	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	280	15,40	13,10	19,60	236,80
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 № 40	40/2	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК)	200	0,20	0,20	10,70	44,90
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	23,80	121,90
Итого за прием пищи:	990			30,20	33,50	131,80	874,80
Всего за день:				54,50	56,30	220,60	1 501,40

## 6 день

## Завтрак

ТТК № 35	35/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,90	5,10	20,50	140,10
ТТК № 25	25/1	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	11,00	7,20	9,30	134,30
ТТК № 26	26/2	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ)	20	1,00	1,80	11,20	65,60
ТТК № 16	16/3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/20	6,30	6,40	10,70	126,20
ТТК № 10	10/2	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:	590			23,40	24,30	92,80	661,40

## 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	180	3,80	5,00	21,20	162,90
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
Итого за прием пищи:	950			33,60	30,60	113,40	886,70
Всего за день:				57,00	54,90	206,20	1 548,10

## 7 день

## Завтрак

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	20,20	92,00
Итого за прием пищи:	930			36,70	38,20	110,60	939,50

0 за день:

53,50 | 63,00 | 206,60 | 1 594,70

**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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>635</b>	<b>24,10</b>	<b>20,60</b>	<b>97,90</b>	<b>622,10</b>

**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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1030</b>	<b>29,30</b>	<b>29,80</b>	<b>110,50</b>	<b>906,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>53,40</b>	<b>50,40</b>	<b>208,40</b>	<b>1 528,70</b>

**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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>570</b>	<b>22,50</b>	<b>22,80</b>	<b>71,00</b>	<b>589,90</b>

**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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>930</b>	<b>29,00</b>	<b>32,20</b>	<b>133,60</b>	<b>913,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>51,50</b>	<b>55,00</b>	<b>204,60</b>	<b>1 503,10</b>

**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 ВАРЕННЫЕ	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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>660</b>	<b>22,90</b>	<b>23,40</b>	<b>103,40</b>	<b>677,40</b>

## Обед

ТТК № 54	54/1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)	100	0,70	0,10	1,90
ТТК № 134	134/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (С МЯСОМ)	250	3,40	6,00	118,40
ТТК № 67	67/1	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	120	18,90	12,70	191,30
ТТК № 127	127/2	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,80	5,00	162,90
ТТК № 89	89/1	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,90	0,70	132,60
ТТК № 10	10/2	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,10	107,20
ТТК № 98	98/2	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	200	1,00	0,10	95,10
ТТК № 18	18/1	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	4,10	4,10	121,90
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1010</b>	<b>38,80</b>	<b>29,80</b>	<b>941,40</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>61,70</b>	<b>53,20</b>	<b>1 618,80</b>

## 11 день

## Завтрак

ТТК № 33	33/1	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>550</b>	<b>22,30</b>	<b>18,90</b>	<b>81,80</b>	<b>579,20</b>

## 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>930</b>	<b>24,40</b>	<b>27,20</b>	<b>134,90</b>	<b>904,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>46,70</b>	<b>46,10</b>	<b>216,70</b>	<b>1 483,30</b>

## 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
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>690</b>	<b>24,70</b>	<b>26,50</b>	<b>104,50</b>	<b>678,70</b>

## 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 РУБЛЕНЫЕ 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

Всего за прием пищи:	1030	0,40	0,40	9,80	47,00
Всего за день:		30,20	31,60	130,80	946,70
Всего за 12 дней завтраков:		54,90	58,10	235,30	1 625,40
Всего за 12 дней обедов:		267,90	273,10	1 098,80	7 634,60
Итого за 12 дней:		375,70	372,30	1 516,50	10 948,70
Среднее значение за период:		53,63	645,40	2 615,30	18 583,30
			53,78	217,94	1 548,61

Реестр 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 методических рекомендаций по организации питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2013.-808с.

СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. -

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 сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.



Т.А. Морозова



От Исполнителя

О.Ю. Костенюк