



АО «Комбинат питания НЕВА»
ОГРН 5067847016738
ИНН 7839335160
КПП 781001001
196158, г. Санкт-Петербург,
Дунайский пр., д. 23, лит. А, пом. 16-Н



Циклическое двухнедельное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для предоставления питания учащимся в возрасте 7-11 лет в осенне-зимний период общеобразовательных учреждений Санкт-Петербурга с компенсацией его стоимости (части стоимости) за счет средств бюджета Санкт-Петербурга

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Завтрак							
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	160/10	2008	189	9,50	11,20	27,01	246,80
Бутерброд с повидлом	35	ТТК	1.32	2,20	1,20	16,60	86,40
Чай с сахаром	200	ТТК	43.1	0,10	0,00	10,00	40,40
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Ряженка	150	2024	461	3,20	3,80	6,30	76,00
Итого за прием пищи:	655			15,80	16,30	67,41	487,60
Обед							
Огурец солёный порционно	60	ТТК	1.1	0,48	0,06	1,02	6,60
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	200/5/5	2012	72	3,07	4,97	14,70	82,60
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	206,00
Каша гречневая	150	2008	324	2,20	4,40	25,50	150,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за прием пищи:	810			25,19	25,95	115,80	759,20
Всего за день:				40,99	42,25	183,21	1246,80

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
4 день							
Завтрак							
Запеканка из творога со сгущённым молоком	130/20	ТТК	4.11	13,12	14,20	30,85	303,70
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с лимоном	200	ТТК	43.2	0,20	0,00	10,20	41,60
Кефир	150	2024	461	3,43	3,80	6,00	75,80
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	625			19,15	19,56	69,84	533,50
Обед							
Салат из свеклы с сыром и чесноком	60	ТТК	48.1	1,80	4,70	3,60	63,90
Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной	200/5/5	2008	91	4,28	5,22	15,80	127,30
Котлета рыбная (запеченная)	100	2024	257	10,10	5,60	14,10	147,20
Картофель отварной	150	2008	333	2,90	4,70	20,12	134,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Компот из смеси сухофруктов	200	2024	425	0,60	0,10	17,00	71,00
Итого за прием пищи:	810			26,88	24,34	117,00	771,80
Всего за день:				46,03	43,90	186,84	1305,30
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
5 день							
Завтрак							
Блинчики со сгущённым молоком	135/15	ТТК	5.26	9,75	11,34	44,62	319,48
Чай с молоком	200	ТТК	43.5	3,92	4,00	11,20	96,80
Йогурт	150	ТТК	16.3	4,50	3,75	7,25	84,70
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
Итого за прием пищи:	600			19,07	19,29	71,17	543,98

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
7 день							
Завтрак							
Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	170	ТТК	4.12	9,27	8,65	36,56	261,10
Сыр порциями	15	2008	14	3,45	4,40	0,00	54,50
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с молоком	200	ТТК	43.5	3,92	4,00	11,20	96,80
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	510			19,04	18,61	70,55	524,80
Обед							
Салат витаминный	60	ТТК	1.46	0,71	3,20	4,60	52,20
Суп картофельный с рыбой	200/20	ТТК	98.2	4,95	2,95	15,30	107,70
Пельмени отварные	240	ТТК	9.12	12,80	15,50	31,85	318,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Кисель из плодов шиповника (витаминный)	200	ТТК	43.8	0,26	0,00	15,30	62,24
Итого за прием пищи:	810			25,92	25,67	113,43	768,24
Всего за день:				44,96	44,28	183,98	1293,04
Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	7	
				г	г	г	
8 день							
Завтрак							
Каша манная молочная жидкая	150	ТТК	4.3	8,60	7,65	20,70	186,00
Бутерброд с сыром	40	ТТК	1.43	4,31	4,29	13,56	105,87
Какао с молоком	200	ТТК	43.3	3,70	4,10	16,10	116,00
Печенье витаминизированное	20	ТТК	12.25	1,20	2,60	14,60	88,00
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	510			18,21	18,94	75,26	542,87
Обед							
Салат из свеклы с яйцом	60/20	2011	52/209	3,93	6,00	3,60	80,40
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	200/5/5	2012	64	2,55	4,11	9,04	80,80
Паста Болоньезе "по-школьному"	240	ТТК	9.33	9,40	12,72	35,20	237,10
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за прием пищи:	820			24,08	27,05	109,22	702,30
Всего за день:				42,29	45,99	184,48	1245,17

Дни	Б, г	Ж,г	У, г	Э.Ц., ккал
Всего за 1 день:	40,99	42,25	183,21	1246,80
Всего за 2 день:	44,63	41,88	168,29	1207,10
Всего за 3 день:	44,39	46,26	172,34	1261,92
Всего за 4 день:	46,03	43,90	186,84	1305,30
Всего за 5 день:	45,92	43,34	174,65	1257,28
ИТОГО:	222,0	217,6	885,3	6278,4
В среднем за 1 день:	44,4	43,5	177,1	1255,7
Всего за 6 день:	42,83	42,59	176,10	1251,30
Всего за 7 день:	44,96	44,28	183,98	1293,04
Всего за 8 день:	42,29	45,99	184,48	1245,17
Всего за 9 день:	42,52	46,03	182,86	1300,99
Всего за 10 день:	42,92	42,13	176,71	1230,89
ИТОГО:	215,5	221,0	904,1	6321,4
В среднем за 1 день:	43,1	44,2	180,8	1264,3
В среднем за 10 дней:	43,7	43,9	178,9	1260,0

*Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Москва, Дели принт 2011. Рекомендовано НИИ питания РАМН, редакция Могильного М.П., Тютельяна В.А.

*ТТК - технико-технологическая карта

*Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий, Москва, Дели принт 2012 г

*Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, СПб 2008 под редакцией Куткиной
*СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ПИТАНИЕМ ВОСПИТАННИКОВ И ОБУЧАЮЩИХСЯ ГОСУДАРСТВЕННЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, СПб 2024

*Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга, 2012 г.

*Выход порций готовых блюд соответствует СанПиН 2.3-2.4.3590-20

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