



"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор ГБОУ № 106  
*О.С. Старянов*

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

**Меню**  
 Абонементное питание  
 стоимостью 50 рублей.

На "20" февраля 2023 г.

| Сборник рецептов            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества |            |             | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|--------------------------------|--------------|------------------|------------|-------------|-------------------------------|
|                             |                         |                                |              | Белки, г         | Жиры, г    | Углеводы, г |                               |
| <b>Полдник</b>              |                         |                                |              |                  |            |             |                               |
| к/к                         | к/к                     | КОНВЕРТИК С ТВОРОГОМ           | 75           | 10,9             | 3          | 29,7        | 189,6                         |
| 2008                        | 394                     | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК         | 200          | 0,2              | 0,2        | 6,3         | 27,3                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                |              | <b>11,1</b>      | <b>3,2</b> | <b>36</b>   | <b>216,9</b>                  |

Зав.производством *С.В.Васильев*  
 Калькулятор:



"Согласовано"

Директор ГБОУ

*И. С. Стариков*

**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**

*" 20 " ноября 2023 г*

| 6 день                      |                         |   |              |                  |              |               |                               |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|                             |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>              |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 190                     | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150          | 4,50             | 5,20         | 19,10         | 146,70                        |
| 2008                        | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 10/20        | 3,90             | 3,50         | 10,60         | 89,90                         |
| 2021                        | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 20           | 1,50             | 0,50         | 10,60         | 53,60                         |
| 2016                        | 416                     | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 180          | 3,70             | 2,50         | 12,40         | 88,00                         |
| 2021                        | 470                     | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%                          | 150          | 4,20             | 3,80         | 16,50         | 120,00                        |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>530</b>   | <b>17,80</b>     | <b>15,50</b> | <b>69,20</b>  | <b>498,20</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |                  |              |               |                               |
| ТТК                         | 14                      | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ                            | 80           | 4,30             | 7,20         | 4,80          | 110,40                        |
| 2016                        | 60/123                  | БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ            | 200          | 3,90             | 2,30         | 9,30          | 74,90                         |
| 2008                        | 306                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                               | 240          | 16,20            | 18,70        | 19,10         | 323,40                        |
| 2021                        | 575                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40           | 2,60             | 0,40         | 18,50         | 88,40                         |
| 2021                        | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 40           | 3,00             | 1,10         | 21,20         | 107,20                        |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                  | 180          | 0,90             | 0,20         | 18,20         | 82,80                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>780</b>   | <b>30,90</b>     | <b>29,90</b> | <b>91,10</b>  | <b>787,10</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | <b>48,70</b>     | <b>45,40</b> | <b>160,30</b> | <b>1 285,30</b>               |

Зав. производством: *М. В. В. В.*

Калькулятор:



Директор ГБОУ

"Согласовано"

*С. С. Стафеев*

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

"*20*" *ноября* 2023 г

| 7 день               |                         |                                    |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |                                    |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| Обед                 |                         |                                    |              |                  |         |             |                               |
| ТТК                  | 14                      | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ                 | 100          | 5,40             | 9,00    | 6,00        | 138,20                        |
| 2016                 | 60/123                  | БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ | 250          | 4,60             | 2,80    | 9,40        | 84,60                         |
| 2008                 | 306                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                    | 300          | 20,30            | 23,40   | 23,90       | 404,30                        |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ               | 60           | 3,90             | 0,70    | 27,80       | 132,60                        |
| 2021                 | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                     | 40           | 3,00             | 1,10    | 21,20       | 107,20                        |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 200          | 1,00             | 0,20    | 20,20       | 92,00                         |
| ТТК                  | 1                       | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ                      | 100          | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 47,00                         |
| Итого за прием пищи: |                         |                                    | 1050         | 38,60            | 37,60   | 118,30      | 1 005,90                      |
| Всего за день:       |                         |                                    |              | 38,60            | 37,60   | 118,30      | 1 005,90                      |

Зав. производством:

Калькулятор:

АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

"Согласовано"  
 Директор ГБОУ *С.С. Старинов*

**АБОНЕМЕНТНОЕ ПИТАНИЕ**  
**(ЗАВТРАК - 96,00 РУБ, ОБЕД - 145,00 РУБ)**

"*20*" *нояб* 2023 г

| 6 день               |                         |   |              |                  |         |             |                               |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|                      |                         |   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 190                     | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150          | 4,50             | 5,20    | 19,10       | 146,70                        |
| 2008                 | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 10/20        | 3,90             | 3,50    | 10,60       | 89,90                         |
| 2021                 | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 20           | 1,50             | 0,50    | 10,60       | 53,60                         |
| 2016                 | 416                     | КАКАО С МОЛОКОМ                               | 180          | 3,70             | 2,50    | 12,40       | 88,00                         |
| 2021                 | 470                     | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5%                          | 150          | 4,20             | 3,80    | 16,50       | 120,00                        |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 530          | 17,80            | 15,50   | 69,20       | 498,20                        |
| <b>Обед</b>          |                         |   |              |                  |         |             |                               |
| ТТК                  | 14                      | РЫБА ПОД МАРИНАДОМ                            | 80           | 4,30             | 7,20    | 4,80        | 110,40                        |
| 2016                 | 60/123                  | БУЛЬОН ИЗ ПТИЦЫ ДЕТСКИЙ С ГРЕНКАМИ            | 200          | 3,90             | 2,30    | 9,30        | 74,90                         |
| 2008                 | 306                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                               | 240          | 16,20            | 18,70   | 19,10       | 323,40                        |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ                          | 40           | 2,60             | 0,40    | 18,50       | 88,40                         |
| 2021                 | 576                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ                                | 40           | 3,00             | 1,10    | 21,20       | 107,20                        |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                  | 180          | 0,90             | 0,20    | 18,20       | 82,80                         |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 780          | 30,90            | 29,90   | 91,10       | 787,10                        |
| Всего за день:       |                         |   |              | 48,70            | 45,40   | 160,30      | 1 285,30                      |

Зав.производством: *М.Е.Е.Е.*

Калькулятор: