

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №1

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,2	5,2	9,6	84,5
2008	91	Рассольник ленинградский с курой и сметаной	250/10/5	3,7	3,9	16,7	111,2
2008	272	Биточки	100	10,1	13,7	5,00	215,6
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	7,30	6,20	26,6	201,5
2008	394	Компот из свежих яблок с вит С	200	0,20	0,2	27,10	111,1
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,6
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	12	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	5,00	2,5	16,00	87
Итого за прием пищи:				33,10	33,30	138,60	997,30

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №2

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2011	54	Салат из свеклы отварной с маслом и яблоками	100	6,7	10,10	15,20	84
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной и сметаной	250/10	4,1	3,2	10,9	142
2008	237	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	11,7	13,8	16,00	233,6
2008	333	Картофель отварной	200	3,9	4,7	23,5	197
К/К	406	Кисель из кураги с вит. С	200	1,00	0,1	35,40	146,7
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,6
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
	Итого за прием пищи:			33,00	33,50	138,00	989,70

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №3

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	45	Салат картофельный с сельдью с маслом растительным	100	5,2	5,10	26,30	127,2
2008	105	Суп с макаронными изделиями и говядиной	250/10/5	4,6	3,3	14,5	172,4
2008	299	Запеканка картофельная с мясом	250	21,6	29,2	40,8	512
2008	436	Напиток яблочный с витамином С	200	0,2	0	25,7	105
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,6
К/К	701	Апельсин свежий	150	1,6	0,4	16,2	86
	Итого за прием пищи:			38,80	39,60	161,10	1189

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №4

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	71	Доп.гарнир: помидор свежий (порционно)	100	0,6	0	2,90	16
2008	76	Борщ с капустой и картофелем со свиной и сметаной	250/10/5	4,1	9,3	8,1	135,4
2011	311	Плов с филе курицы	250	17,60	16,00	42,80	405,5
1996	695	Ватрушка с творогом	75	4	6,5	46,4	214
2008	442	Сок фруктовый яблочный	200	1	0,2	19,8	86
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
	Итого за прием пищи:			32,90	33,60	157,60	1043,30

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №5

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	51	Винегрет овощной с маслом	100	1,3	9,10	6,60	123
2008	99/73	Суп картофельный с горохом	250/10/5	9,7	1,5	18,9	121,3
2011	239	Котлеты рыбные	100	11,00	8,7	15,00	189
2011	133	Картофель тушеный	200	4,2	16,3	31,6	290
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,6
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
2008	441	Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103
К/К	703	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	14,7	70,5
	Итого за прием пищи:			42,80	39,60	148,80	1082,8

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №6

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2011	56	Икра морковная	100	7,5	5,7	14,7	140
2008	94	Суп крестьянский с говядиной и сметаной	250/10/5	5,1	6,5	13,7	141
2008	261	Печень, тушенная в соусе	100/50	10,9	13,5	10,4	236,7
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	7,3	6,2	46,6	201,5
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
2008	438	Напиток яблочный с вит. С	200	0,1	0,1	25,7	104,3
К/К	701	Апельсин свежий	150	1,6	0,4	16,2	81,6
	Итого за прием пищи:			36,50	33,60	148,70	1009,9

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №7

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,5	5,10	9,30	89,9
2008	92	Суп картофельный с рыбой	250/25	7,2	2,2	7,4	126
2011	283/364	Тефтели мясные соус сметанный	100/50	13,6	18,2	13,8	230,1
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,10	50,20	274,2
К/К	12	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	5,00	2,5	16,00	87
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,6
2008	402	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,00	23,30	92,9
	Итого за прием пищи:			37,70	35,70	157,60	1086,5

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №8

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2011	71	Доп. Гарнир огурец свежий (порционно)	100	0,80	0,10	32,5	14
2008	95	Суп из овощей с курой и сметаной	250/10/5	6,1	4,0	19,4	138
1996	394	Жаркое домашнему со свиной	250	21,9	22,3	27,7	427,5
2008	394	Компот из свежих яблок с витамином С	200	0,20	0,20	27,10	111,1
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
2008	467	Булочка домашняя	60	5,00	8,00	36,00	187
	Итого за прием пищи:			35,40	35,40	142,10	1027,8

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №9

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	46	Салат овощной с сельдью с маслом растительным	100	3,60	11,40	5,30	139
2008	97/68	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250/25	3,2	6,8	17,6	105,5
2011	314	Котлеты рубленые из курицы	100	16,60	10,40	5,20	230,5
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	7,3	6,2	46,60	201,5
2008	436	Напиток апельсиновый с витамином С	200	0,20	0,00	25,00	102
К/К	703	Яблоко свежее	150	0,6	0,6	14,7	70,5
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
	Итого за прием пищи:			37,10	37,00	152	1035,5

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №10

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	22	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	0,60	10,20	3,30	109
2008	79	Борщ с фасолью с говядиной и сметаной	250/10/5	6,4	4,8	15,4	140,7
2010	249	Рыба, запеченная в омлете	100	18,40	15,1	28,2	267,1
2011	335	Пюре картофельное	200	4,2	6,8	28,6	267,1
2008	441	Кисель плодово-ягодный с витамином С	200	0,00	0,00	28,20	112,8
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
	Итого за прием пищи:			35,2	38,5	141,30	1008,20

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №11

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,6	9,50	6,50	120,5
2008	101	Суп с макаронными изделиями, картофелем и говядиной	250/25	12,2	6,8	20,00	136
2011	312	Филе куриное в сметанном соусе	100/20	10,5	8,70	4,00	185,3
2008	325	Рис отварной	200	4,9	8,4	43,70	270,2
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	4,80	6,1	50,30	275
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
2008	439	Напиток из клюквы протертой с сахаром	200	0,10	0,10	16	102,4
К/К	702	Банан свежий	200	3,00	1,00	24,00	72
	Итого за прием пищи:			34,3	35,4	150,9	1072,4

Утверждено

Согласовано

Ген.Директор

Директор СПб ГБПОУ

ООО«Фуд-Сервис»

«МТ №2»

Бохман М.П.

Храмцова С. В.

Меню день №12

Циклического социального питания

Сборник рецептур	Номер технол. карты	Наименование блюда	Масса порции г	Белки г	Жиры г	Углеводы г	Энергетическая ценность ккал
		Обед					
2008	20	Салат из соленых огурцов с луком	100	2,70	2,10	2,60	87
2008	88	Щи из квашеной капусты с картофелем свиной и сметаной	250/10/5	7,5	10,6	18,50	197,7
2008	278	Зразы рубленые	100	13,30	11,20	15,30	281
2011	129	Овощи, припущенные в соусе	200	3,5	8,3	26,8	139,5
2008	401	Компот из изюма с витамином С	200	0,50	0,10	37,40	112,6
К/К	801	Хлеб ржано-пшеничный с микронутриентами	40	2,60	0,40	17,00	81,60
К/К	802	Батон обогащенный с микронутриентами	40	3,00	1,20	20,60	104,8
	Итого за прием пищи:			33,1	33,9	138,2	1004,20