



Меню

04 октября 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

6 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Макароны с сыром	150/15	8,5	16,8	33,2	267,9
Бутерброд с маслом	25/10	2	9	7,5	141
Чай с молоком	200	1,6	1,7	7,9	52,8
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		12,4	27,5	69,2	501,7
обед					
Огурец соленый (порционно)	60	0,2	0	4,3	8
Суп крестьянский с крупой и свининой	200/10	4,9	7,2	9,9	123,1
Рыба, запеченная с яйцом	100	11,5	4,1	12,6	150,1
Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,9	4,7	23,5	148
Напиток из плодов шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103
Булочка "Творожная"	50	5,9	2,8	15,1	144
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		29,7	20,0	116,3	793,2
итого за день		42,1	47,5	185,5	1294,9

Зав.производством:



Меню

05 октября 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

7 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша "Дружба" из пшена с рисом молочная жидкая	155	4,8	7,8	20,8	173,6
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Кофейный напиток	200	1,5	1,3	22,4	107
Яблоко свежее	100	0,3	0	8,6	40
итого завтрак		8,3	13,4	76,6	459,8
обед					
Салат "Степной" из разных овощей с маслом растительным (до 28.02) / Салат из отварной моркови с яблоком, с маслом растительным (с 01.03)	60	2,2	6,1	4,7	82,2
Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	200/5	6,8	5,7	7,4	112,7
Котлеты рубленные из птицы	100	18,6	14,2	17,0	270
Рагу из овощей	150	3,2	11,7	12,1	167,3
Кисель плодово-ягодный с витамином С	200	0,1	0,1	27,9	113
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		34,5	38,7	95,6	862,2
итого за день		42,8	52,1	172,2	1322



Меню

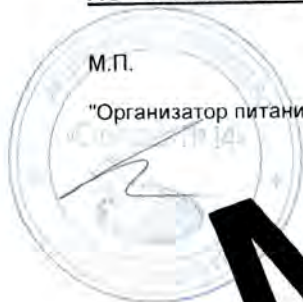
8 октября 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

8 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево-ды (г)	Энергети-ческая ценность
завтрак					
Омлет натуральный	150	10,6	17,5	2	208
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/20	5,4	8,7	21,9	131
Чай с сахаром	200	0,3	0,1	15,2	62
Фрукты свежие	100	0,3	0	20,6	40
итого завтрак		16,6	26,3	59,7	441
обед					
Салат "Свеколка"	60	4,8	6,1	9,1	110,4
Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/5	6,1	5,8	17,2	163
Печень по-строгановски	120	18,0	10,6	3,6	182,9
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	191
Компот из смеси сухофруктов с витамином С	200	0,6	0,1	31,7	131
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		38,6	28,3	119,4	895,3
итого за день		55,2	54,6	179,1	1336,3

Зав.производством:



Меню

07 октября 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
 учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
 Санкт-Петербурга

9 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Каша манная молочная с маслом сливочным	150/5	4,6	6,2	20,7	157
Бутерброд горячий с сыром	30/5/25	7,5	11,2	14,1	187
Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60
Яблоко свежее	100	0,33	0	8,6	40
итого завтрак		12,7	17,5	58,6	446
обед					
Салат овощной с маслом растительным	60	1,2	3,0	5,6	54,8
Борщ с картофелем, свининой и сметаной	200/10/5	4,5	9,8	15,6	139,1
Котлета рыбная любительская	100	13,7	3,7	6,4	111,5
Пюре картофельное с морковью	150	4,7	5,8	18,8	138,8
Напиток лимонный с витамином С	200	0,2	0	25,7	105
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		27,9	23,2	98,6	666,2
итого за день		40,6	40,7	157,2	1112,2

Зав.производством:

М.П.

"Организатор питания"



Меню

09 октября 2021 год

льготного питания (завтрак, обед) для
учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений
Санкт-Петербурга

10 день

Наименование	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углево- ды (г)	Энергети- ческая ценность
завтрак					
Пудинг из творога со сгущенным молоком	150/20	22,6	18,6	47,6	426,7
Бутерброд с джемом или повидлом	20/5/20	1,7	4,3	24,8	139,2
Чай с молоком	200	1,6	1,7	7,9	52,8
Фрукты свежие	100	0,33	0,0	20,6	40,0
итого завтрак		26,2	24,6	100,9	658,7
обед					
Салат "Здоровье" из отварной свеклы, моркови, зелёного горошка	60	1,1	5,0	4,9	68,2
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	3,9	3,0	2,0	121
Птица, тушенная в сметанном соусе	120	14,7	8,0	4,3	192
Рис отварной	150	3,7	6,3	32,8	203
Сок фруктовый	200	1	0,1	37,8	86
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,9	0,7	15,9	66
итого обед		28,0	23,3	108,3	787,2
итого за день		54,2	47,9	209,2	1445,9

Зав.производством: