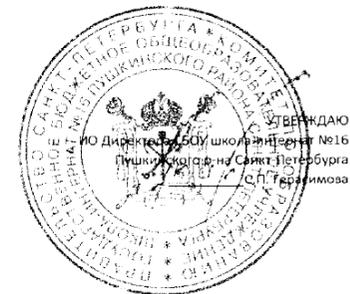


**МЕНЮ**  
**Школьники 7-11 лет**  
**на понедельник**  
**20 мая 2024 г.**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>							
2008	189	Каша манная жидкая	180	5,8	7,8	26,2	199
2011	376	Чай с сахаром	200	0,2		9,1	37
2008	1	Бутерброд с маслом	25	1,2	4,9	10,6	93
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	13,8	100
<b>ОБЕД</b>							
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	60	0,6	0,1	2,3	14
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	220	3,8	5,2	8,5	82
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	90	16,7	12,8	15,3	243
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,8	8,7	30,2	218
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,4	0,1	18,4	77
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,6	0,4	14	90
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	30	1,8	1,2	15,9	84
<b>Всего</b>							
				40,8	44,7	174,1	1284

**МЕНЮ**  
**Школьники 12-18 лет**  
**на понедельник**  
**20 мая 2024 г.**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>							
2008	189	Каша манная жидкая	200	5,4	7,9	29,2	209
2011	376	Чай с сахаром	200	0,4		10,5	44
2008	1	Бутерброд с маслом	35	1,8	5,3	15,9	121
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,8	3,1	21,5	129
<b>ОБЕД</b>							
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	100	1	0,2	3,8	24
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	250	4,5	6	11,6	101
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	110	20,4	15,6	18,7	296
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	200	6,2	11,7	39,8	290
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,6	0,1	26	108
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	1,6	0,4	14	90
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
<b>Всего</b>							
				47,3	51,5	211,4	1515

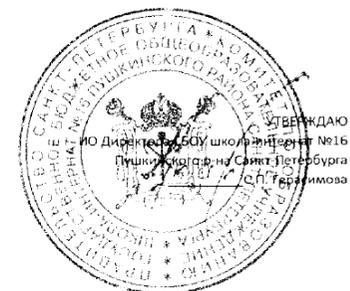


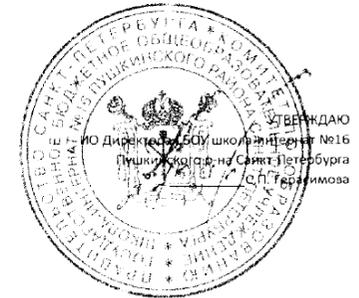
**МЕНЮ**  
**Воспитанники 7-11 лет**  
**на понедельник**  
**20 мая 2024 г.**

Сбор-ник рецеп-ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		<b>ЗАВТРАК</b>					
2008	189	Каша манная жидкая	200	6,5	7,5	28	203
2011	376	Чай с сахаром	200	0,2		9,1	37
2008	1	Бутерброд с маслом	40	2,3	8	15	160
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	13,8	100
		<b>ОБЕД</b>					
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	90	0,9	0,2	3,4	22
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	200	4	4,9	11,5	93
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	90	16,7	12,8	15,3	243
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	150	4,8	8,7	30,1	218
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	180	0,4	0,1	20,1	84
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	35	1,4	0,4	12,3	78
		<b>ПОЛДНИК</b>					
К/К	1010	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	40	2,4	1,6	21,2	112
к/к	к/к	Вафли с начинкой	25	0,7	0,8	19,3	89
2008	213	Яйца вареные	40	4,9	4,6	0,3	62
		<b>УЖИН</b>					
2008	288	Биточки паровые (мясные)	90	9,4	13,9	8,3	141
2008	141	Рагу из овощей	200	4,3	14	19	223
2011	382	Какао с молоком	200	4	3,7	15,3	112
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	20	0,8	0,2	7	45
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	15	0,9	0,6	8	42
Всего				70,7	86,5	297,6	2253

**МЕНЮ**  
**Воспитанники 12-18 лет**  
**на понедельник**  
**20 мая 2024 г.**

Сбор-ник рецеп-ты	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
		<b>ЗАВТРАК</b>					
2008	189	Каша манная жидкая	220	5,9	8,6	32	231
2011	376	Чай с сахаром	200	0,4		10,5	44
2008	1	Бутерброд с маслом	45	2,2	9,7	18,7	173
к/к	1001	Яблоко свежее	100	0,4	0,4	9,8	47
к/к	к/к	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,5	3,1	5,6	100
		<b>ОБЕД</b>					
2008	359	Помидоры свежие (ломтиками)	100	1	0,2	3,8	24
2008	84	Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и говядиной	260	4,7	6,2	13,8	114
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	120	22,3	17	20,4	324
2008	332	Макаронные изделия отварные с овощами	200	6,2	11,7	39,8	290
2008	401	Компот из сушеных плодов (изюм)	200	0,6	0,1	28,9	120
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2	0,5	17,5	112
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	30	1,8	1,2	15,9	84
		<b>ПОЛДНИК</b>					
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	70	4,2	2,8	37,1	196
к/к	к/к	Вафли с начинкой	40	1,1	1,3	30,9	142
К/К	1010	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	86
2008	213	Яйца вареные	40	4,9	4,6	0,3	62
		<b>УЖИН</b>					
2008	288	Биточки паровые (мясные)	100	10,4	15,3	9,2	157
2008	141	Рагу из овощей	230	3,6	20,7	22,9	290
2011	382	Какао с молоком	200	4,7	4,3	16,4	125
к/к	1225	Батон обогащенный микронутриентами, витаминами	20	1,2	0,8	10,6	56
к/к	1160	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	50	2	0,5	17,5	112
Всего				84,1	109,2	381,8	2889





СВЯЖДАЮ  
 Ю Директор БДУ школы №16  
 Пушкинского района Санкт-Петербурга  
 С.П. Гарагимова

**МЕНЮ**  
**Сад 3-7 (12ч)**  
**на понедельник**  
**20 мая 2024 г.**

Сбор- ник рецеп- тов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
<b>ЗАВТРАК</b>							
		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	7,2	8,3	35	244
2021	К№03	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,1		8,5	36
<b>II ЗАВТРАК</b>							
2021	К №01	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66
<b>ОБЕД</b>							
2008	К №01	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	7
2012	85/120	ПЕТРУШКИ	200	3,1	4,7	7,6	71
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	14	11,9	3,4	184
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134
2021	К №03	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	8,2	35
2021	К №01	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
2021	К №01	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66
<b>ПОЛДНИК</b>							
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	16,4	17,9	33,9	365
2021	К №01	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ, ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51
2021	ТК 035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			7	34
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,3	2,8	29,3	144
<b>Итого</b>							
Всего				60,7	56,4	209,2	1550