

Утверждаю

Заведующий  
СОШ №358 Бассейная 12  
/Распономарева Н.И./

**МЕНЮ**  
29 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Государственное бюджетное  
образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 358  
Московского района Санкт-Петербурга

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	2,20	3,25	24,48	105,21	2,78
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,48	9,93	31,88	239,22	0,28
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>7,68</b>	<b>13,18</b>	<b>64,76</b>	<b>378,43</b>	<b>3,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
		СОК ФРУКТОВЫЙ	133	0,65	0,13	13,07	59,49	3,95
<b>Итого</b>			<b>133</b>	<b>0,65</b>	<b>0,13</b>	<b>13,07</b>	<b>59,49</b>	<b>3,95</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	1,00	3,63	5,00	57,00	2,38
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	13,49	6,38	2,92	123,19	0,42
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	160	4,28	3,64	20,76	130,33	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	11,15	46,60	0,72
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>739</b>	<b>28,19</b>	<b>22,21</b>	<b>76,43</b>	<b>595,32</b>	<b>8,82</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,83	19,64	20,11	257,40	10,23
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	7,55	30,19	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,42	8,26	28,84	196,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>491</b>	<b>27,59</b>	<b>28,14</b>	<b>70,22</b>	<b>551,25</b>	<b>11,83</b>
<b>Всего</b>				<b>64,11</b>	<b>63,66</b>	<b>224,48</b>	<b>1 584,49</b>	<b>27,66</b>