

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор ТБОУ гимназии № 41
Тригорского района
Суряева Л. В. Кусарская
 " _____ 2024 г.

" УТВЕРЖДАЮ"
 Генеральный директор
 АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"
 _____ /Костенюк О.Ю./
 " _____ 2024 г.

**Цикличное 10-дневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак)
 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**

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| 1 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 36 | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 3,10 | 4,50 | 18,30 | 131,90 |
| ТТК № 114 | 114/1 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 70 | 8,60 | 7,00 | 13,30 | 133,40 |
| ТТК № 26 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (для подачи к блюду) | 15 | 0,80 | 1,40 | 8,40 | 49,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 115 | 115/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 1,60 | 0,90 | 9,10 | 51,70 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 19,80 | 18,10 | 76,20 | 500,80 |
| Всего за день: | | | | 19,80 | 18,10 | 76,20 | 500,80 |
| 2 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 31 | 31/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,90 | 5,30 | 23,20 | 168,60 |
| ТТК № 58 | 58/1 | ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ | 70 | 4,10 | 9,10 | 2,30 | 118,00 |
| ТТК № 16 | 16/1 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 15/20 | 5,10 | 5,00 | 10,70 | 108,10 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК № 1 | 1/3 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 535 | 19,20 | 21,80 | 66,70 | 567,20 |
| Всего за день: | | | | 19,20 | 21,80 | 66,70 | 567,20 |
| 3 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 37 | 37/1 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (ДРУЖБА) | 150 | 4,20 | 5,20 | 19,10 | 162,70 |
| ТТК № 13 | 13/1 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 15/20 | 1,60 | 0,60 | 19,60 | 89,60 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,70 | 2,50 | 12,40 | 88,00 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |

| | | | | | |
|----------------------|-----|-------|-------|-------|--------|
| Итого за прием пищи: | 535 | 15,20 | 12,60 | 78,20 | 474,90 |
| Всего за день: | | 15,20 | 12,60 | 78,20 | 474,90 |

4 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|----------------------|-------|---|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК № 34 | 34/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,60 | 4,70 | 20,80 | 141,00 |
| ТТК № 114 | 114/1 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 70 | 8,60 | 7,00 | 13,30 | 133,40 |
| ТТК № 26 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (для подачи к блюду) | 15 | 0,80 | 1,40 | 8,40 | 49,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 60 | 60/1 | ПЕЧЕНЬЕ ВИТАМИНИЗИРОВАННОЕ | 20 | 1,40 | 2,60 | 14,60 | 88,00 |
| ТТК № 102 | 102/1 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,20 | 0,00 | 6,90 | 28,90 |
| ТТК № 1 | 1/4 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 17,50 | 16,60 | 84,40 | 541,10 |
| Всего за день: | | | | 17,50 | 16,60 | 84,40 | 541,10 |

5 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|----------------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК № 33 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,00 | 5,40 | 14,30 | 128,00 |
| ТТК № 122 | 122/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 6,90 | 8,30 | 1,30 | 108,30 |
| ТТК № 16 | 16/2 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 10/20 | 3,90 | 3,50 | 10,60 | 89,90 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 580 | 23,30 | 23,20 | 65,70 | 541,70 |
| Всего за день: | | | | 23,30 | 23,20 | 65,70 | 541,70 |

6 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|----------------------|-------|--|-----|-------|-------|-------|--------|
| ТТК № 135 | 135/1 | МАКАРОНЫ С СЫРОМ | 150 | 8,70 | 11,10 | 28,00 | 255,20 |
| ТТК № 22 | 22/1 | ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОТВАРНЫЕ (КУКУРУЗА СЛАДКАЯ) | 30 | 1,40 | 1,90 | 2,70 | 30,30 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 19 | 19/1 | ВАФЛИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ | 20 | 0,80 | 5,40 | 12,40 | 102,00 |
| ТТК № 101 | 101/1 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,20 | 0,00 | 6,70 | 27,40 |
| ТТК № 1 | 1/2 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ) | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,30 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 500 | 13,00 | 19,20 | 70,70 | 515,50 |
| Всего за день: | | | | 13,00 | 19,20 | 70,70 | 515,50 |

7 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|----------------------|-------|--|-------|-------|-------|-------|--------|
| ТТК № 31 | 31/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,90 | 5,30 | 23,20 | 168,60 |
| ТТК № 114 | 114/1 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 70 | 8,60 | 7,00 | 13,30 | 133,40 |
| ТТК № 26 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (для подачи к блюду) | 15 | 0,80 | 1,40 | 8,40 | 49,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 102 | 102/1 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/5 | 0,20 | 0,00 | 6,90 | 28,90 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 570 | 20,20 | 18,00 | 78,90 | 514,70 |

| | | | | | | | |
|------------------------------------|-------|--|------------|---------------|---------------|---------------|-----------------|
| Всего за день: | | | | 20,20 | 18,00 | 78,90 | 514,70 |
| 8 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 36 | 36/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 3,10 | 4,50 | 18,30 | 131,90 |
| ТТК № 122 | 122/1 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 70 | 6,90 | 8,30 | 1,30 | 108,30 |
| ТТК № 16 | 16/4 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 10/20 | 3,90 | 3,50 | 10,60 | 89,90 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 115 | 115/1 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 1,60 | 0,90 | 9,10 | 51,70 |
| ТТК № 1 | 1/4 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ) | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 530 | 17,40 | 18,10 | 59,70 | 482,40 |
| Всего за день: | | | | 17,40 | 18,10 | 59,70 | 482,40 |
| 9 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 118 | 118/1 | КАША "ЯНТАРНАЯ" (ИЗ ПШЕНА С ЯБЛОКАМИ) | 150 | 4,20 | 6,60 | 26,30 | 192,80 |
| ТТК № 76 | 76/1 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 44 | 44/1 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 1,70 | 12,40 | 80,90 |
| ТТК № 29 | 29/1 | ЙОГУРТ М. Д. Ж. 2,5% | 150 | 4,20 | 3,80 | 16,50 | 81,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 540 | 17,80 | 17,20 | 66,10 | 471,30 |
| Всего за день: | | | | 17,80 | 17,20 | 66,10 | 471,30 |
| 10 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| ТТК № 33 | 33/1 | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 130 | 4,00 | 5,40 | 14,30 | 128,00 |
| ТТК № 114 | 114/1 | ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА | 70 | 8,60 | 7,00 | 13,30 | 133,40 |
| ТТК № 26 | 26/1 | МОЛОКО СГУЩЕННОЕ (ДЛЯ ПОДАЧИ К БЛЮДУ) | 15 | 0,80 | 1,40 | 8,40 | 49,20 |
| ТТК № 10 | 10/1 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,50 | 10,60 | 53,60 |
| ТТК № 97 | 97/1 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,70 | 2,50 | 12,40 | 88,00 |
| ТТК № 1 | 1/3 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (МАНДАРИНЫ) | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 |
| Итого за прием пищи: | | | 515 | 19,40 | 17,00 | 66,50 | 490,20 |
| Всего за день: | | | | 19,40 | 17,00 | 66,50 | 490,20 |
| Итого за 10 дней: | | | | 182,80 | 181,80 | 713,10 | 5 099,80 |
| Среднее значение за период: | | | | 18,28 | 18,18 | 71,31 | 509,98 |

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Техничко-технологические карты разработаны на основе:

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи плюс, 2013.-808с.

Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2012, 160 с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:ДеЛи плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под редакцией В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка-М.: ТД ДеЛи, 2022. - 245с.

Допускаются отклонения в случае сбоя поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.