



Согласовано
Директор ГБОУ лицея № 384
Кировского района Санкт-Петербурга

Н.С.Черева

А О "КОМБИНАТ ПИТАНИЯ "КИРОВСКИЙ "

М Е Н Ю

14.01.2025
8 день

Рецептура	Завтрак (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг.ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
ТТК 5.2	Макароньы отварные с сыром	160/15	13.4	13.9	32.6	303.5
ТТК 1.3	Бутерброд с джемом	20/25	2.2	1.2	16.8	86.8
431/2008	Чай с лимоном	200/5	0.2	0.1	15.0	60.0
338/2011	Апельсин свежий	170	1.53	0.34	13.77	73.1
Цена 104-40		595	17.33	15.54	78.17	523.40

Рецептура	Обед (младшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг.ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
ТТК 1.4	Салат из свежей капусты	60	0.71	3.2	4.6	52.2
ТТК 2.1	Уха "Невская" с горбушей	200/30	6.5	2.36	15.7	110.8
ТТК 10.1	Плов с куриным филе	240	13.47	16.44	36.1	345.4
ТТК 15.2	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	3.2	1.7	20.4	92.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.1	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.2	20.1	87.8
Цена 156-50		820	28.08	26.22	122.88	824.20
Итого за день ...		1415	45.41	41.76	201.05	1347.60

Рецептура	Обед (старшие классы)	В ы х о д	Бел-ки	Жи-ры	Угле-воды	Энерг.ценн.
		(г)	(г)	(г)	(г)	Ккал
ТТК 1.7	Салат из свежей капусты	100	1.2	5.33	7.66	87.0
ТТК 2.3	Уха "Невская" с горбушей	250/30	6.84	2.95	16.12	118.3
ТТК 10.3	Плов с куриным филе	300	17.1	20.55	43.1	431.74
ТТК 15.4	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	4.8	2.55	30.6	138.0
ТТК 15.1	Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	4.0	2.32	25.98	136.0
ТТК 13.1	Компот из свежих яблок	200	0.2	0.2	20.1	87.8
338/2011	Апельсин свежий	170	1.53	0.34	13.77	73.1
ТТК 14.2	Булочка "Домашняя"	100	7.2	10.8	49.8	300.6
Цена 306-80		1260	42.87	45.04	207.13	1372.54