Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	01.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	30	67	2,7	5,1	2,6
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	45	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	86,7	240,8	13,24	13,6	16,28
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	25	103	3	3,1	15,9
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1200	284,7	1450,9	41,66	45,62	218,02

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 247
Санкт-Петербурга
_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	04.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	41	Салат витаминный (1-й вариант")	100	35	90	1,2	5,2	9,5
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями ,с курой и сметаной	250/25/10	70	187	9,58	7,27	20,82
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из свинины	300	98,7	658,36	22,61	53,04	17,78
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
	фрукты	к/к	Мандарин свежий	100	18	54	1,28	1,9	11,6
	напиток	441	Напиток из плодов шиповника	200	20	103	0,7	0,3	24,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1265	284,7	1436,86	47,17	74,56	143,61

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 247
Санкт-Петербурга
_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	05.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	30	123	1,4	10,1	6,6
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/15	45	196	8,05	4,65	30,45
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	93,7	288	19	15,44	18,32
	гарнир	325	Рис отварной	200	30	270,8	4,9	8,5	43,7
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120	17	56,4	0,48	0,48	12,54
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
			Всего	1155	284,7	1534,2	40,03	43,12	245,57

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	06.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	45	150,44	12,95	8,04	4,56
	1 блюдо	91	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	250/25/5	60	187,1	9,07	9,21	16,94
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	66,7	240,8	13,24	13,6	16,28
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	30	366	5,9	4,7	75
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	25	103	3	3,1	15,9
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1205	284,7	1509,64	54,49	46,9	215,19

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	07.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	71	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,7	0,8	0,1	1,7
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/10	30	112	3,2	5,6	12,1
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленный из говядины с соусом томатным	120	111,7	264,8	15,24	16,4	13,88
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	401	Компот из кураги	200	20	142	1	0,1	34,2
	фрукты	к/к	Банан свежий	200	20	189	3,01	1,07	42
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1260	284,7	1534,2	36,05	33,52	270,89

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	08.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	20	83	1,6	5,1	7,7
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	35	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	299	Запеканка картофельная с отварным мясом	300	130,7	614,4	25,92	35,04	48,96
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
			Всего	1225	284,7	1635,2	50,31	62,46	218,15

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	11.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	71	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,7	0,8	0,1	1,7
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/15	45	196	8,05	4,65	30,45
	2 блюдо	289	Биточки по -белорусски	100	89,7	290	21	22,4	1,2
	гарнир	346	Капуста тушеная (свежая)	200	30	292,8	5,47	6,19	47,28
	фрукты	к/к	Апельсин свежий	160	27	86,4	2,05	0,45	18,6
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1205	284,7	1547,4	45,97	38,04	247,74

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	12.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	50	Салат "Свеколка"с маслом растительным	100	35	184	8	10,1	15,2
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой и сметаной	250/25/10	70	187	9,58	7,27	20,82
	2 блюдо	308	Курица,тушеная в соусе с овощами	280	94,7	467,2	25,76	30,9	21,6
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120	17	56,4	0,48	0,48	12,54
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1165	284,7	1584,1	57,52	59,6	203,87

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	13.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	45	150,44	12,95	8,04	4,56
	1 блюдо	98	Суп картофельный с рыбой	250/25	70	165,13	7,23	5,7	21,13
	2 блюдо	315	Голубцы ленивые	285	76,7	364,55	21,97	15,81	33,55
	напиток	394	Компот из свежих яблок	200	20	114	0,2	0,2	27,9
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
	кондит.изд	к/к	Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	30	82	0	0,03	20,5
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1175	284,7	1220,62	54,15	36,63	167,15

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	14.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	52	Винегрет овощной с сельдью(до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100/25	42,9	179	5,75	14,45	6,6
	1 блюдо	84	Щи из свежей капусты с картофелем ,с курой и сметаной	250/25/10	70	146	7,1	8,65	8,52
	2 блюдо	285/365	Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	65,8	269	15,9	18,7	10,6
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	фрукты	к/к	Мандарин свежий	100	18	54	1,28	1,9	11,6
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	30	366	5,9	4,7	75
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1240	284,7	1604,7	46,53	55,45	233,73

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	15.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	30	67	2,7	5,1	2,6
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	45	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	86,7	240,8	13,24	13,6	16,28
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	25	103	3	3,1	15,9
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1200	284,7	1450,9	41,66	45,62	218,02

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 247
Санкт-Петербурга
_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	18.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	41	Салат витаминный (1-й вариант")	100	35	90	1,2	5,2	9,5
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями ,с курой и сметаной	250/25/10	70	187	9,58	7,27	20,82
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из свинины	300	98,7	658,36	22,61	53,04	17,78
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
	фрукты	к/к	Мандарин свежий	100	18	54	1,28	1,9	11,6
	напиток	441	Напиток из плодов шиповника	200	20	103	0,7	0,3	24,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1265	284,7	1436,86	47,17	74,56	143,61

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 247
Санкт-Петербурга
_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	19.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	51	Винегрет овощной	100	30	123	1,4	10,1	6,6
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/15	45	196	8,05	4,65	30,45
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	93,7	288	19	15,44	18,32
	гарнир	325	Рис отварной	200	30	270,8	4,9	8,5	43,7
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120	17	56,4	0,48	0,48	12,54
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
			Всего	1155	284,7	1534,2	40,03	43,12	245,57

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	20.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	45	150,44	12,95	8,04	4,56
	1 блюдо	91	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	250/25/5	60	187,1	9,07	9,21	16,94
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	66,7	240,8	13,24	13,6	16,28
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	30	366	5,9	4,7	75
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	25	103	3	3,1	15,9
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1205	284,7	1509,64	54,49	46,9	215,19

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	21.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	71	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,7	0,8	0,1	1,7
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/10	30	112	3,2	5,6	12,1
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленный из говядины с соусом томатным	120	111,7	264,8	15,24	16,4	13,88
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	401	Компот из кураги	200	20	142	1	0,1	34,2
	фрукты	к/к	Банан свежий	200	20	189	3,01	1,07	42
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1260	284,7	1534,2	36,05	33,52	270,89

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	22.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	20	83	1,6	5,1	7,7
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	35	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	299	Запеканка картофельная с отварным мясом	300	130,7	614,4	25,92	35,04	48,96
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
			Всего	1225	284,7	1635,2	50,31	62,46	218,15

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	25.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	71	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,7	0,8	0,1	1,7
	1 блюдо	99	Суп картофельный с горохом, с гренками	250/15	45	196	8,05	4,65	30,45
	2 блюдо	289	Биточки по -белорусски	100	89,7	290	21	22,4	1,2
	гарнир	346	Капуста тушеная (свежая)	200	30	292,8	5,47	6,19	47,28
	фрукты	к/к	Апельсин свежий	160	27	86,4	2,05	0,45	18,6
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	354	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1205	284,7	1547,4	45,97	38,04	247,74

Утверждаю
Директор ГБОУ СОШ № 247
Санкт-Петербурга
_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	26.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	50	Салат "Свеколка"с маслом растительным	100	35	184	8	10,1	15,2
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями, с курой и сметаной	250/25/10	70	187	9,58	7,27	20,82
	2 блюдо	308	Курица,тушеная в соусе с овощами	280	94,7	467,2	25,76	30,9	21,6
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	120	17	56,4	0,48	0,48	12,54
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1165	284,7	1584,1	57,52	59,6	203,87

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	27.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	45	150,44	12,95	8,04	4,56
	1 блюдо	98	Суп картофельный с рыбой	250/25	70	165,13	7,23	5,7	21,13
	2 блюдо	315	Голубцы ленивые	285	76,7	364,55	21,97	15,81	33,55
	напиток	394	Компот из свежих яблок	200	20	114	0,2	0,2	27,9
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	20
	кондит.изд	к/к	Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	30	82	0	0,03	20,5
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1175	284,7	1220,62	54,15	36,63	167,15

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	28.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	52	Винегрет овощной с сельдью(до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100/25	42,9	179	5,75	14,45	6,6
	1 блюдо	84	Щи из свежей капусты с картофелем ,с курой и сметаной	250/25/10	70	146	7,1	8,65	8,52
	2 блюдо	285/365	Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	65,8	269	15,9	18,7	10,6
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	402	Компот из сухофруктов	200	20	130	0,6	0,1	31,7
	фрукты	к/к	Мандарин свежий	100	18	54	1,28	1,9	11,6
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	30	366	5,9	4,7	75
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1240	284,7	1604,7	46,53	55,45	233,73

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	29.12.2023
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	20	Салат из огурцов соленых с маслом растительным (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	30	67	2,7	5,1	2,6
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/10/15	45	160,8	4,89	5,77	22,33
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	86,7	240,8	13,24	13,6	16,28
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый	200	20	86	1	0,2	19,8
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	25	103	3	3,1	15,9
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	417	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	50	4	116	2,8	0,55	24,96
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	30	4	70,5	2,4	0,3	14,55
			Всего	1200	284,7	1450,9	41,66	45,62	218,02

Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

_____ В.А. Кузьмин