

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	01.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	20	83,1	1,6	5,1	7,7
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/5	45	103,9	3,07	4,85	11,92
	2 блюдо	233	Рыба запеченная	100	100	216	12,2	10,8	17,4
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый мультифрут	200	20	88	0	0	22
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	30	85,6	2,8	2,5	13
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	416	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
				Всего	1180	294	1394	35,86	41,66



Школа	гБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	04.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-3з	Помидор свежий (кусочком)	100	35	16,05	0,83	0,15	2,85
	1 блюдо	100	Суп картофельный с макаронными изделиями ,с курой и сметаной	250/25/10	75	187	9,58	7,27	20,82
	2 блюдо	259	Жаркое по-домашнему из свинины	300	88	405,52	20,88	24,84	24,61
	напиток	к/к	Молочный коктейль в инд. упаковке	200	35	158	6,6	6	19,5
	фрукты	к/к	Мандарин свежий	200	32	104	1,62	0,62	23,08
	напиток	442	Сок фруктовый мультифрукт	200	20	88	0	0	22
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1385	294	1170,17	44,07	40,29	157,88



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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	05.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-16з	Винегрет с растительным маслом до 01.03 с репч.луком с 01.03 с зел.луком)	100	30	111,9	1,25	8,9	6,75
	1 блюдо	98	Суп картофельный с рыбой	250/25	53	165,13	7,23	5,7	21,13
	2 блюдо	314/366	Котлета рубленая из птицы с соусом молочным	120	87	288	19	15,44	18,32
	гарнир	334	Рис отварной с овощами	180	30	191,1	3,6	5,16	32,56
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	150	20	56,4	0,47	0,47	12,54
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	350	2,8	3,3	77,3
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	200	20	81	0,5	0	19,8
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
				Всего	1225	294	1455,13	39,41	40,38



Утверждаю

Директор ГБОУ СОШ № 247

Санкт-Петербурга

В.А. Кузьмин

Школа	гБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	06.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	40	176,6	7,6	10,62	12,65
	1 блюдо	91	Рассольник "Ленинградский" с говядиной и сметаной	250/25/5	70	187,1	9,07	9,21	16,94
	2 блюдо	239/364	Котлета рыбная с соусом томатным	120	60	252,96	11,86	12,77	22,69
	гарнир	335	Картофельное пюре	180	25	169,5	3,72	6,36	24,36
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	40	366	5,9	4,7	75
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	30	85,6	2,8	2,5	13
	напиток	442	Сок фруктовый яблочный	200	20	92	0,2	0,26	22,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микроэлементами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1205	294	1541,36	45,71	47,83	231,96



Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	07.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-2з	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,2	0,7	0,1	1,88
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/5	45	103,9	3,07	4,85	11,92
	2 блюдо	272/364	Шницель рубленый из говядины с соусом томатным	120	100	264,8	15,24	16,4	13,88
	гарнир	351	Рагу овощное(3 вариант)	180	30	202,8	5,04	9,84	20,9
	напиток	406	Кисель из кураги	200	20	151	0,7	0,1	37
	фрукты	к/к	Груша свежая	200	25	94	0,8	0,6	20,6
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	350	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
				Всего	1255	294	1389,3	32,91	36,6


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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	11.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-3з	Помидор свежий(кусочком)	100	35	16,05	0,83	0,15	2,85
	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	85	290	21	22,4	1,2
	гарнир	346	Капуста тушеная (свежая)	200	30	266,7	5,47	6,19	47,28
	фрукты	к/к	Груша свежая	200	25	94	0,8	0,6	20,6
	напиток	54-1хн	Компот из сухофруктов	200	20	81	0,5	0	19,8
	кондит.изд	к/к	Вафли	100	45	350	2,8	3,3	77,3
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1265	294	1505,35	44,01	38,7	244,5



Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	12.03.2024
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	54-12р	Тефтели рыбные	100	60	114,3	14,1	2,6	8,6
		351	Рагу овощное(3 вариант)	180	30	184,32	5,04	9,84	18,84
	напиток	442	Сок фруктовый яблочный	200	20	92	0,2	0,26	22,3
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	416	7,5	9,8	74,4
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	30	85,6	2,8	2,5	13
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1190	294	1474,82	51,78	43,78	218,18


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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	13.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	40	176,6	7,6	10,62	12,65
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/5/15	50	152,7	4,76	5,02	22,15
	2 блюдо	315	Голубцы ленивые	285	110	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	19,5
	кондит.изд	к/к	Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	30	112	0,03	0,03	27,9
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	4	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	5	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1190	294	1289,45	45,72	39,09	188,67


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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	14.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-2з	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,2	0,7	0,1	1,88
	1 блюдо	84	Щи из свежей капусты с картофелем ,с курой и сметаной	250/25/10	75	146	7,1	8,65	8,52
	2 блюдо	285/365	Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	80	264	12,9	15,1	19,1
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	406	Кисель из кураги	200	20	151	0,7	0,1	37
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	150	20	56,4	0,47	0,47	12,54
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	40	366	5,9	4,7	75
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1285	294	1480,4	37,13	36,63	249,26



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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	15.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком, с 01.03. с луком зеленым)	100	20	83,1	1,6	5,1	7,7
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/5	45	103,9	3,07	4,85	11,92
	2 блюдо	233	Рыба запеченная	100	100	216	12,2	10,8	17,4
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый мультифрут	200	20	88	0	0	22
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя, массовая доля жира 2,5%	125	30	85,6	2,8	2,5	13
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	416	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1180	294	1394	35,86	41,66	218,64


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

Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	27.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	74	Салат "Столичный"	100	40	176,6	7,6	10,62	12,65
	1 блюдо	95	Суп овощной со сметаной и гренками	250/5/15	50	152,7	4,76	5,02	22,15
	2 блюдо	315	Голубцы ленивые	285	110	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	19,5
	кондит.изд	к/к	Зефир витаминизированный в инд. упаковке	35	30	112	0,03	0,03	27,9
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	4	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	5	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1190	294	1289,45	45,72	39,09	188,67

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



Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	28.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	54-2э	Огурец свежий (кусочком)	100	20	11,2	0,7	0,1	1,88
	1 блюдо	84	Щи из свежей капусты с картофелем ,с курой и сметаной	250/25/10	75	146	7,1	8,65	8,52
	2 блюдо	285/365	Тефтели из говядины с соусом томатным	100/50	80	264	12,9	15,1	19,1
	гарнир	323	Каша гречневая рассыпчатая	200	30	274,2	4,8	6,1	50,2
	напиток	406	Кисель из кураги	200	20	151	0,7	0,1	37
	фрукты	к/к	Яблоко свежее	150	20	56,4	0,47	0,47	12,54
	кондит.изд	к/к	Пряники	100	40	366	5,9	4,7	75
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
			Всего	1285	294	1480,4	37,13	36,63	249,26



Школа	ГБОУ СОШ	№ 247	Красносельский район	12-18 лет				День	29.03.2024
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена, руб	Калорийность, ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Комплексный обед	закуска	40	Салат из квашеной капусты (до 01.03. с репчатым луком , с 01.03. с луком зеленым)	100	20	83,1	1,6	5,1	7,7
	1 блюдо	76	Борщ с капустой, картофелем, со сметаной	250/5	45	103,9	3,07	4,85	11,92
	2 блюдо	233	Рыба запеченная	100	100	216	12,2	10,8	17,4
	гарнир	335	Картофельное пюре	200	30	189,8	4,13	7,2	27,2
	напиток	442	Сок фруктовый мультифрут	200	20	88	0	0	22
	напиток	к/к	Йогурт фруктовый в инд. упаковке производителя ,массовая доля жира 2,5%	125	30	85,6	2,8	2,5	13
	кондит.изд	к/к	Печенье	100	40	416	7,5	9,8	74,4
	хлеб	к/к	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	60	5	126	2,37	0,66	27,6
	хлеб	к/к	Батон обогащенный микронутриентами	40	4	85,6	2,19	0,75	17,42
Всего				1180	294	1394	35,86	41,66	218,64

