

Согласовано:
 Директор СПб ГБПОУ
 " Колледж электроники и приборостроения"
 г. Санкт-Петербурга"

" " _____ Г.И.Воронько
 2023г.

УТВЕРЖДАЮ:

Ген. директор ООО
 "Технологии вкуса"
 А.Г.Шувалов
 " " _____
 2023г.

Примерный ассортиментный перечень продукции для дополнительного питания обучающихся в государственных бюджетных образовательных учреждениях реализуемый в столовых и буфетах в условиях свободного выбора за счёт средств родителей.

Наименование блюд/состав	Выход	ККАЛ	Белки	Жиры	Углеводы	Цена
Гарниры, овощные и вегетарианские блюда						
Гречка отварная	150	178	4,9	1,2	21,5	25
Макароны отварные	150	195	14	1,1	59	25
Макароны с сыром	150	226	13,8	3,1	58,4	35
Рис отварной	150	184	2,3	0,5	24,8	25
Рис с зеленым горошком	150	191	2,7	0,6	25,1	25
Картофель отварной	150	134,5	2,3	0,9	15,1	35
Картофельное пюре	150	156,4	2,1	4,6	8,5	35
Картофель по-домашнему (Айдахо)	150	378,8	5,3	18,4	16,3	45
Картофель запеченый	150	222	3,8	12,6	24,5	35
Капуста тушеная	150	150,3	2,8	3,3	5,3	35
Цветная капуста в кляре	150	98	2,6	5,4	6,1	60
Овощи тушеные	150	45	4,1	1,1	7,1	50
Завтраки/мучные изделия						
Каша рисовая на молоке	200	544	12,3	5,1	31,2	35
Каша гречневая на молоке	200	522	10,2	5,8	28,8	35
Каша геркулесовая на молоке	200	476	8,9	6,1	24,6	35
Каша пшеничная на молоке	200	489	9,5	5,8	27,9	35
Каша манная на молоке	200	544	10,3	5,4	32,6	35
Каша дружба на молоке	200	511	9,5	5,7	30,4	35
Творожная запеканка с яблоками	150	302	15,1	22,4	31,1	80
Творожная запеканка с бананом	150	321	16,8	22,9	32,4	80
Творожная запеканка с курагой	150	333	15,4	23,4	31,9	80
Творожная запеканка с шоколадом	150	357	16,2	22,9	32,4	80
Сырники творожные	120	296	16,1	21,4	32,1	80
Блины классические	100	145	5,7	4,3	22,3	35
Блины с творогом	150	134	9,8	6,1	19,8	50
Блины со сгущенкой	150	231	7,1	7,9	29,8	35
Блины с повидлом	150	268	7,9	5,6	26,3	35
Салаты и холодные закуски						
Салат из капусты с зеленым горошком	100	51,1	3,4	2,4	6,7	25
Салат из капусты с морковью	100	47,1	3,6	2,5	6,7	25
Салат витаминный	100	82	4	1	10	25
Винегрет	100	123	10	10	6	30
Салат из моркови с яблоком	100	67	31	9,7	11,1	25
Салат из квашеной капусты	100	67	4,1	14,1	21,3	25
Салат овощной	100	64	5	1	4	40
Салат мясной	100	198	12,1	19,8	9,8	60
Салат Оливье с курицей	100	277	15,1	13,5	24,5	45
Салат Столичный с курицей	100	277	15,1	13,5	24,5	50
Сельдь под шубой	100	355	5,9	24,9	31,5	55
Цезарь с курицей	100	366	7,9	15,9	6,7	55
Салат Греческий	100	106	9	3	5	50
Первые блюда						
Бульон куриный с яйцом	250/10	93	24,1	4,1	11,4	45

Суп-лапша куриная	250	198	6,8	4,8	12,8	50
Суп куриный с картофелем	250	166	8,8	6,7	14,1	50
Суп куриный с рисом	250	145	8,1	4,5	11,3	50
Щи с мясом со сметаной	250/20	234	12,8	12,4	11,7	50
Борщ с мясом и сметаной	250/20	193	10,9	7,4	24,2	50
Борщ с курицей и сметаной	250/20	174	10,1	6,8	21,1	50
Рассольник с мясом	250	223	13,1	6,4	19,1	50
Солянка сборная мясная	250	285	11,8	24,1	19,8	65
Горячие рыбные блюда						
Котлета рыбная	100	145	23,4	22,7	6,1	90
Рыба в тесте	100	240	9,9	23,6	10,9	90
Горячие блюда из птицы						
Филе куриное отварное	100	158	30,04	3,3	0	100
Филе куриное запеченное с помидором	100	255	26,3	7,8	9	115
Кура на шпажке	100	169	19,7	21,5	4,5	1156
Котлета куриная	100	170	18,4	18	4,6	90
Тефтели из курицы в соусе	100/50	198	14,6	2,3	10,9	90
Ежики куриные	100/50	175	19,5	15,4	11,5	90
Котлета по-киевски	100	279	18,5	18,2	15,9	120
Котлета пожарская	100	198	18,5	5,4	10,9	90
Жаркое с курицей	200	369	27	5,1	11,5	125
Шницель куриный (рулетик куриный с сыром)	100	233	18,4	15,5	7,9	120
Плов с курицей	200	456	13,2	22,2	4,1	120
Мясные горячие блюда						
Котлета студенческая	90	188	12,4	8,9	7,9	90
Биточки мясные	100	230	13,6	15,1	9,6	90
Тефтели мясные в томатно-сметанном соусе	100/50	199	11,5	9,9	5,6	90
Ежики мясные	100/50	178	9,8	9,8	8,8	90
Свинина запеченная с помидором	100	320	11,1	12,4	7,9	105
Свинина запеченная с сыром	100	344	10,2	13,6	8,9	105
Свинина запеченная с грибами	100	312	10,4	19,6	2,8	105
Свинина по-французски	100	350	11,2	20,5	4,5	105
Запеканка картофельная с мясом	200	396	9,8	11,3	10,9	120
Плов со свиной	200	550	7,5	27,4	10,7	120
Котлета домашняя	100	260	9,8	21,4	4,5	90
Котлета из свинины	100	299	9,6	19,8	7,6	90
Шницель из свинины	100	360	10,4	17,4	9,9	90
Жаркое со свиной	200	512	9,8	23,4	19,9	120
Гуляш из говядины	50/50	266	14,6	19,9	8,7	115
Гуляш из свинины	50/50	299	14	12,2	21,6	115
Зразы мясные с яйцом	100	222	9,8	20	15,9	105
Голубцы ленивые	100	189	8,9	17,4	10,7	90
Выпечка/						
Пирожок с зеленым луком	100	175	2,2	6,9	32	25
Пирожок с яблоком	100	185	2,9	7	31	25
Пирожок с капустой и яйцом	100	185	3,4	6,4	37	25
Пирожок с капустой	100	190	4,5	7,8	25,5	25
Хачапури с сыром	100	210	6,4	4	20,1	60
Горячий бутерброд с сыром	50	198	4,2	5,2	27	35
Горячий бутерброд с колбасой и сыром	50	193	3,5	5,3	28	40
Бургер	175	187	4,1	5,1	23	65
Хот-дог с сосиской	190	166	5,1	3,1	26	65
Пирожок с картофелем	100	188	3,6	7,1	25	25
Пирожок с рисом и яйцом	100	145	3,4	6,5	26	25
Пирожок с ягодами	100	178	3,8	4,5	29	25
Пирожок с повидлом	100	149	4,4	4,2	21	25
Ватрушка с творогом	75	202	4,9	4,9	26	25
Ватрушка с картофелем	75	198	4,2	5,2	27	25
Ватрушка с повидлом	75	193	3,5	5,3	28	25
Булочка с корицей	100	166	5,1	3,1	26	25
Пицца школьная круглая	100	208	2,5	5,4	32	50

Пицца в ас-те (треугольник)	125	187	4,1	5,1	23	65
Сосиска в тесте	100	230	6,1	6,9	24	50
Хлеб	1	55	5	16	19	3
Напитки						
Компот из сухофруктов	200	110	0,6	0	13	25
Компот из ягод	200	154	1,32	0,4	34	25
Компот вишневый	200	144	1	0	32	25
Компот клюквенный	200	153	0,4	0	34,7	25
Компот из яблок	200	147	0,5	0	31,2	25
Компот из смородины	200	152	0,4	0,2	39	25
Напиток цитрусовый	200	123	0,9	0	37	25
Напиток апельсиновый	200	144	1,1	0	36	25
Сок фруктово-ягодный	200	78	1	0,5	41	30
Вода питьевая расфасованная						
Вода б/г	0,5	40				30
Соки, лимонады, чаи расфасованные, промышленного производства						
Соки/нектары	200	84	1	0,6	49	30
Лимонад в ассортименте	500	155	1	1	66	50
Чай в ассортименте	500	111	1	1,2	22	55
Чай для преподавателей						
Чай порционный						10
Сахар порционный						2
Кондитерские изделия в промышленной упаковке						
Шоколадные батончики в ассортименте	10-150					20-60
Шоколад, конфеты, кондитерские изделия	10-150					20-50
Печенье в ассортименте	10-150					20-50
Вафли в ассортименте	10-150					20-60
Мюсли, хлебцы, обогащенные витаминно-минеральными комплексами	10-150					30-55