



Санкт-Петербургский технический колледж

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ СПбТК

Бурасовский А.В.

"09" января 2024г.

Перечень буфетной продукции

Сборник рецептур	№ технологической карты	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
				Белки	Жиры	Углевод.		В1	С	А	Е	Са	Mg	P	Fe
2008	3	Бутерброд с сыром	35	4,5	8,7	7,4	131	0,02	0	0,08	0,4	135	7	85	0,3
2008	14	Сыр (порциями)	30	6,9	8,9	0	109	0,01	0	0,09	0,2	264	11	150	0,3
2008	19	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	100	0,7	10,1	2,3	103	0,03	9	0,01	4,5	21	13	38	0,7
2008	20	Салат из соленых огурцов с луком	100	2,7	5,1	2,6	67	0,02	6	0	2,3	23	13	28	0,7
2008	22	Салат из свежих помидоров с маслом растительным	100	1	10,2	3,3	109	0,05	24	0,16	5,1	30	18	24	1
2008	23	Салат из свежих помидор и огурцов с маслом растительным	100	0,9	10,1	2,9	106	0,04	18	0,1	4,9	24	16	29	0,9
2008	29	Салат "Школьные годы"	100	1,5	10,1	4,4	115	0,04	26	0,04	4,7	26	20	37	0,8
2008	30	Салат степной из разных овощей	100	3,6	10,2	7,8	137	0,06	8	0,45	4,6	20	20	46	0,9
2008	38	Салат из белокачанной капусты с изюмом	100	1,3	8,2	22,2	168	43	19	42	1,4	0,05	21	0,16	3,7
2008	41	Салат витаминный (1-й вариант)	100	1,2	5,2	9,5	90	36	17	27	1,1	0,03	26	0,32	2,4

2008	48	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,7	19,5	7	224	0,02	6	0,05	6,7	168	24	111	1,7
2008	50	Салат "Свеколка"	100	8	10,1	15,2	184	48,1	28,1	56,1	1,9	0,03	7	0,03	4,8
2008	40	Салат из квашеной капусты с маслом растительным	100	1,6	5,1	7,7	83	49	15	28	0,7	0,02	27	0,03	2,3
2008	51	Винегрет овощной	100	1,4	10,1	6,6	123	0,02	15	0,25	4,6	38	19	36	1
2008	92	Суп картофельный с рыбой	250/25	6,1	4	19,4	138	0,1	10,3	0,2	1	39,6	36	106,6	1,4
2008	85	Щи из квашеной капусты с говядиной, со сметаной	250/10/5	8,6	5,6	5,2	92	0	8,4	0,2	0,2	59,1	20,8	159,5	1
2008	90	Рассольник домашний с курой и сметаной	250/10/5	5,3	6	14,8	132	0,1	6,9	0,2	0,3	43,1	28	163	1,2
2008	95	Суп из овощей с говядиной и сметаной	250/10/5	8,8	5,7	11,2	116	45,4	25,6	75,9	1,4	0,1	9,1	0,2	0,5
2008	94	Суп крестьянский с крупой и сметаной	250/10/5	9,2	6,6	12,4	133	0	8,6	0,2	1,6	49,3	21,4	65,9	1,1
2008	78	Борщ со свиной и сметаной	250/10/5	8,1	8,1	15,7	164	67,9	34,9	108,9	1,9	0,2	8,6	0,2	0,2
2008	91	Рассольник Ленинградский с курой и сметаной	250/10/5	7,4	6,4	17,7	147	0,1	7,3	0,2	0,5	40	26,6	170	1,2
2008	101	Суп с макаронными изделиями и картофелем с курой	250/10	4,4	3,2	19	126	0,1	5,2	0,2	0,5	29,8	20,7	149,8	1,2
2008	99	Суп картофельный с горохом и свиной	250/10	9,1	7,9	18,9	170	0,4	5,2	0,2	2,1	47,1	37	182,1	2,3
2008	97	Суп овощной с мясными фрикадельками	250/25	8,9	5,2	17,4	153	0,14	11	0,21	0,3	29	36	126	0
2008	105	Бульон куриный с вермшелью и яйцом	250	9,16	6	20,8	175,32	0,04	1	0,21	0,4	18	31	9	0,6
2008	331	Макаронные изделия отварные	200	7,59	6,62	43,19	264	0,08	0	0	1,1	15,18	9,66	49,68	1,1
2008	323	Каша рассыпчатая гречневая	200	4,8	6,1	50,3	275	0,04	0	0,04	0,4	15	35	104	0,8
2008	335	Пюре картофельное	200	4,1	7,2	27,07	188	0,25	6,67	0,05	0,27	62,67	38,7	113,33	1,47

2008	346	Капуста тушеная	200	5	5,7	13,1	124	0,05	36	0,13	0,4	120	39	78,7	1,6
2008	351	Рагу овощное	200	4,5	8,9	17,47	171	0,77	14,7	1	0,53	58,7	34,7	117,3	1,47
2008	325	Рис отварной	200	4,9	8,4	43,7	271	0,03	0	0,07	0,4	4	25	81	0,8
2008	257	Мясо тушеное говядина	50/50	15,5	16,5	2,8	220	0,04	0	0,06	2,2	10	20	154	2
1996	311	Мясо тушеное свинина	50/50	5,86	16,3	3,07	182,51	0,14	0,09	0	0	9,54	11,3	2,55	0,75
2008	312	Птица, тушенная в сметанном соусе	50	26,5	33,8	8,5	444	0,14	18	0,16	5,04	81	34,8	240,4	2,03
2008	273	Котлеты, биточки (особые)	50	7,5	9,9	5,9	143	6	12	77	1	0,09	0	0	1,8
2008	314	Котлеты рубленые из птицы	50	9,3	7,1	8,5	135	41	19	82	1	0,05	8	0,07	1,8
2008	241	Котлеты рыбные любительские	100	13,6	3,6	6	110	0,08	2	0,36	0,8	42	18	180	1
2008	233	Рыба жареная (пикша)	75	8,1	7,4	2,2	108	11	4	87	0,3	0	0	0,04	1,6
2008	231	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	10,9	4,8	4,1	103	25	16	150	0,7	0,06	3	0,31	2,6
2008	306	Голубцы ленивые	200	10,1	11,1	6,2	168	0,04	15	0	2,6	38	22	95	2
2008	304	Голубцы натуральные с мясом и рисом	200	10,6	10,1	9,2	170	0,05	15	0,02	1,7	45	23	104	2
2008	299	Запеканка картофельная с мясом	250	21,6	29,2	40,8	512	0,28	24	0,04	6,2	36	70	262	4
2008	265	Плов (говядина)	200	22,8	46,4	39,6	666,9	0,09	1,53	0,23	4,82	25,52	55,53	295,52	4,5
2008	213	Яйцо вареное	шт	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0	0,1	0,2	22	5	77	1
2008	430	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	15	60	0	0	0	0	5	4	8	1
2008	401	Компот из кураги	200	1	0,1	34,2	142	33	21	29	0,7	0,02	0	0,03	1,1
2008	401	Компот из изюма	200	0,5	0,1	28,1	116	16	8	26	0,6	0,03	0	0	0,1
2008	411	Кисель плодово-ягодный с вит. С	200	0,1	0,1	27,9	113	5	2	8	0,4	0,01	52	0	0,1
2008	441	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,4	103	0,01	200	0,16	0	13	3	3	1
2008	436	Напиток лимонный	200	0,2	0	25,7	105	8	3	5	0	0,01	63	0	0,01
2008	433	Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	0,04	1	0,01	0	121	14	90	1
пром	пром	Соки промышленного производства	200	0,6	0,2	32,6	136	40	18	24	0,8	0,04	2	0	0,4
пром	пром	Конфеты шоколадные	20	1,28	6,92	10,92	109,4	0	0	0	0	0	0	0	0
пром	пром	Шоколад в упаковочном виде	75	1,28	6,92	10,92	109,4	0	0	0	0	0	0	0	0
пром	пром	Гематоген	40	7	3	54	250								
пром	пром	Хлеб ржано-пшеничный	15	1,36	0,16	8,5	45	0,05	0	0	0,48	3,6	3,8	17,4	0,8
пром	пром	Батон нарезной	15	3,75	1,4	32,8	156	0	0	0	0,00	9,5	6,5	26,54	0,6

2008	254	Сосиски отварные	50	5,6	12,2	0,2	133	18	10	81	1	0,1	0	0	0,2
2008	454	Пицца "Школьная"	100	8,6	8,7	32,7	245	0,12	1	0,06	0,6	97	13	103	0,7
к/к	к/к	Сосиска в тесте д/с	100	11,95	17,97	21,67	286	-	-	-	-	-	-	-	-
2008	451	Пирожок с капустой	100	4,6	4	26,8	162	0,08	5	0,02	1,3	24	9	44	1
2008	451	Пирожок с яблоком	100	3,3	3,1	26,3	146	0,06	2	0,03	0,7	11	6	31	1
2008	451	Пирожок с морковью	100	6,1	8	32,6	227	0,11	1	0,77	0,9	26	18	73	1
2008	451	Пирожок с повидлом	100	4	1,5	43,1	202	0,07	10	0,01	0,6	14	8	36	1
2008	451	Пирожок с картошкой	100	5,1	2,5	30	163	0,07	4	0,01	1	14	10	46	1
2008	453	Ватрушка с повидлом	75	4	1,5	46,4	214	0,07	12	0,01	0,6	15	9	37	0
2008	453	Ватрушка с творогом	75	5,9	2,8	23,4	144	0,07	0	0,02	0,5	28	7	58	0,4
2008	471	Булочка "Веснушка"	50	3,6	3	27,2	152	0,07	0	0,02	0,5	9	5,5	32	0,4
2008	473	Булочка "Российская"	60	3,9	4,8	33,5	194	0,07	0	0,04	0,5	15	6	37	0,4
2008	475	Булочка "Алтайская"	50	3,9	2,4	25	138	0,07	0	0,07	1,3	9	6	33	0,4
2008	479	Булочка "Творожная"	75	8,85	4,2	35,1	216	0,11	0	0,03	0,75	42	10,5	87	0,6
2008	467	Булочка домашняя	100	6,6	12,4	55,8	360	0,12	0	0,09	0,9	15	9	56	0,7
2008	470	Булочка дорожная	100	6,3	13,9	52,3	361	0,12	0	0,1	0,9	14	9	52	0,6
2008	219	Сырники из творога	100	18,5	13,5	1106	242	0,06	0	0,1	2,6	158	23	223	0,8
2008	464	Сдоба обыкновенная	100	3,6	2,1	26,6	141	0,06	0	0,01	0,8	8	5	29	0,4