

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского

района



TD

9 сентября 2019

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)

День 7

| Наименование                                      | Выход, | Технологи-<br>ческая и<br>норматив-<br>ная<br>документа-<br>ция<br>/сборник<br>рецептур/ | №<br>рецептуры<br>или<br>технологи-<br>чес-кой<br>карты | Белки  | Жиры   | Угле-<br>воды, | Энер-<br>гети-<br>ческая<br>цен-<br>ность,<br>ккал. |
|---------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|--------|--------|----------------|-----------------------------------------------------|
|                                                   | г      |                                                                                          |                                                         | Всего  | Всего  | Всего          |                                                     |
|                                                   |        |                                                                                          |                                                         | г      | г      | г              |                                                     |
| 7 день                                            |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Завтрак                                           |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Макароны отварные с сыром                         | 140/15 | ТТК                                                                                      | 5.2                                                     | 8,21   | 10,36  | 29,60          | 244,20                                              |
| Бутерброд с повидлом                              | 45     | ТТК                                                                                      | 1.3                                                     | 2,20   | 1,20   | 16,80          | 86,80                                               |
| Чай с сахаром                                     | 200    | 2008                                                                                     | 431                                                     | 0,20   | 0,10   | 15,00          | 60,00                                               |
| Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке      | 200    | ТТК                                                                                      | 16.3                                                    | 5,92   | 5,08   | 9,38           | 107,56                                              |
| Итого за прием пищи:                              | 600    |                                                                                          |                                                         | 16,53  | 16,74  | 70,78          | 498,56                                              |
| Обед                                              |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Салат витаминный                                  | 60     | ТТК                                                                                      | 1.46                                                    | 0,71   | 3,20   | 4,60           | 52,20                                               |
| Суп рыбный с картофелем и перловой крупой         | 200/10 | 2008                                                                                     | 98\228                                                  | 4,78   | 2,27   | 15,68          | 103,00                                              |
| Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом        | 90/30  | ТТК                                                                                      | 9.5                                                     | 7,10   | 10,21  | 9,46           | 180,00                                              |
| Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"         | 150    | ТТК                                                                                      | 4.7                                                     | 3,60   | 4,60   | 10,40          | 97,40                                               |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами | 40     | ТТК                                                                                      | 15.2                                                    | 3,20   | 1,70   | 20,40          | 92,00                                               |
| Батон нарезной обогащённый микронутриентами       | 50     | ТТК                                                                                      | 15.1                                                    | 4,00   | 2,32   | 25,98          | 136,00                                              |
| Яблоко свежее                                     | 100    | 2011                                                                                     | 338                                                     | 0,40   | 0,40   | 9,80           | 44,40                                               |
| Напиток из шиповника                              | 200    | ТТК                                                                                      | 13.1                                                    | 0,20   | 0,20   | 20,10          | 87,80                                               |
| Итого за прием пищи:                              | 930    |                                                                                          |                                                         | 23,99  | 24,90  | 116,42         | 792,80                                              |
| Всего за день:                                    |        |                                                                                          |                                                         | 40,52  | 41,64  | 187,20         | 1291,36                                             |
|                                                   |        |                                                                                          |                                                         | 11,90% | 27,52% | 54,99%         |                                                     |

зав. производством

