

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД КОМ"

О.В.



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района



TD

*12 сентября 2025г.*

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

День 10

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Омлет натуральный	150	ТТК	6.3	14,50	14,27	8,89	262,43
Бутерброд с сыром и огурцом	40	ТТК	1.39	3,01	4,29	13,56	105,87
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	28,20	101,60
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>525</b>			<b>19,24</b>	<b>18,96</b>	<b>73,75</b>	<b>572,90</b>
<b>Обед</b>							
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	0,96	3,06	4,62	49,80
Суп картофельный с горохом и гречками	200/5	2012	81/116	5,27	3,74	15,10	114,02
Жаркое по-домашнему со свининой	240	ТТК	9.6	12,50	14,94	23,20	277,37
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
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>795</b>			<b>26,53</b>	<b>25,86</b>	<b>112,80</b>	<b>766,39</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>45,77</b>	<b>44,82</b>	<b>186,55</b>	<b>1339,29</b>

*зав. производством шеф*