

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района

TD

О.В.

Петрова

18 сентября

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

День 4

| 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              |                                                     |
| 4 день                                                   |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Завтрак                                                  |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")          | 150    | ТТК                                                                                      | 4.11                                                    | 9,07   | 7,92   | 26,30          | 174,30                                              |
| Бутерброд с маслом сливочным                             | 25     | ТТК                                                                                      | 1.45                                                    | 2,00   | 7,64   | 12,82          | 138,70                                              |
| Чай с лимоном                                            | 200    | 2008                                                                                     | 431                                                     | 0,29   | 0,10   | 14,69          | 59,90                                               |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%                            | 150    | ТТК                                                                                      | 16.1                                                    | 4,10   | 2,50   | 4,90           | 87,00                                               |
| Яблоко свежее                                            | 100    | 2011                                                                                     | 338                                                     | 0,40   | 0,40   | 9,80           | 44,40                                               |
| Итого за прием пищи:                                     | 625    |                                                                                          |                                                         | 15,86  | 18,56  | 68,51          | 504,30                                              |
| Обед                                                     |        |                                                                                          |                                                         |        |        |                |                                                     |
| Салат из свеклы с яйцом                                  | 60/20  | 2011                                                                                     | 52/209                                                  | 2,95   | 7,00   | 3,60           | 100,00                                              |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 200/5  | 2012                                                                                     | 82                                                      | 4,07   | 2,24   | 15,74          | 94,60                                               |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами           | 90/30  | ТТК                                                                                      | 8.7                                                     | 8,17   | 6,85   | 9,44           | 151,76                                              |
| Картофель отварной                                       | 150    | 2008                                                                                     | 333                                                     | 2,90   | 4,70   | 23,50          | 148,00                                              |
| 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                                              |
| Сок фруктовый (персиковый)                               | 200    | ТТК                                                                                      | 13.14                                                   | 1,00   | 0,20   | 15,00          | 76,00                                               |
| Итого за прием пищи:                                     | 845    |                                                                                          |                                                         | 26,29  | 25,01  | 113,66         | 798,36                                              |
| Всего за день:                                           |        |                                                                                          |                                                         | 42,15  | 43,57  | 182,17         | 1302,66                                             |
|                                                          |        |                                                                                          |                                                         | 12,38% | 28,80% | 53,51%         |                                                     |

зав. производством

