

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД.КОМ"



О.В.

Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района



TD

3 сентября 2025 г.

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (завтрак/обед)

День 3

Наименование

Выход,
г

Технологи-
ческая и
норматив-
ная
документа-
ция
/сборник
рецептур/

№
рецептуры
или
технологи-
ческой
карты

Белки

Жиры

Угле-
воды,

Энер-
гети-
ческая
цен-
ность,
ккал.

Всего

Всего

Всего

г

г

г

3 день

Завтрак

Каша пшеничная вязкая с тыквой	200	2024	197	6,6	8,26	34,58	233,82
Бутерброд с сыром	40	ТТК	1.43	4,31	4,29	13,56	105,87
Чай с сахаром	200	2008	430	0,2	0,1	15	60
Груша свежая	100	2011	338	0,4	0,3	10,3	47
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:	740			17,43	18,03	82,82	554,25

Обед

Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,6	5,1	7,7	83
Суп картофельный с горохом и гренками	250/5	2012	81/116	5,2	3,3	18,75	137,2
Котлета рубленая из филе куриного	100	ТТК	10.22	10,93	6,22	9,94	160,83
Ризотто (рис с овощами)	180	ТТК	4.9	3,48	8,91	20,47	176
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4	2,32	25,98	136
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,8	2,55	30,6	138
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,2	0,2	20,1	87,8
Итого за прием пищи:	945			30,21	28,60	133,54	918,83
Всего за день:				47,64	46,63	216,36	1473,08

Зав. производством

