

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"



О.В.

Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района

TD



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
грёнками

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 обогащённый
микронутриентами

50

ТТК

15.1

4

2,32

25,98

136

Хлеб ржано-пшеничный
обогащённый 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. пр-ом Л

