Утверждаю
Директор
ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В. Петрова

Согласовано
Директор ГБОУ №3
Петроградского
района

23 октября

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (завтрак/обед)
День 10

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологической карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
10 день							
Завтрак							
Запеканка творожная "Зебра" со сгущённым молоком	200/25	ТТК	7.6	17,70	17,30	39,20	383,30
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
Чай с лимоном	200	2008	431	0,29	0,10	14,69	59,90
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Итого за прием пищи:	**550**			**20,39**	**18,96**	**76,68**	**555,60**
Обед							
Салат "Мозайка"	100	ТТК	1.42	5,50	6,00	7,00	120,66
Борщ с капустой, картофелем, курой отварной и сметаной	250/5/5	2008	76	5,60	7,00	13,90	117,50
Паста Болоньезе "по-школьному"	280	ТТК	9.39	10,56	14,14	39,06	276,60
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00
Сок фруктовый (персиковый)	200	ТТК	13.14	1,00	0,20	15,00	76,00
Итого за прием пищи:	**950**			**31,46**	**32,21**	**131,54**	**864,76**
Всего за день:				**51,85**	**51,17**	**208,22**	**1420,36**

Зав. пр-вом