

утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района



TD

12 октября 2025 г.

Ежедневное меню учащихся 7-11 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

150

2024

197

5,00

6,20

25,94

175,37

Бутерброд с сыром

40

ТТК

1,43

4,31

4,29

13,56

105,87

Чай с сахаром

200

2008

430

0,20

0,10

15,00

60,00

Груша свежая

100

2011

338

0,40

0,30

10,30

47,00

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:

690

15,83

15,97

74,18

495,80

Обед

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

Котлета рубленая из филе
куриного

90

ТТК

10,21

9,84

5,60

8,95

144,73

Ризотто (рис с овощами)

150

ТТК

4,2

2,90

7,43

17,06

146,70

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 свежих яблок

200

ТТК

13,1

0,20

0,20

20,10

87,80

Итого за прием пищи:

795

26,37

24,05

112,21

771,05

Всего за день:

42,20

40,02

186,39

1266,85

12,40%

26,45%

54,75%

зав. производством че

