

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского района



TD

14 ноября 2025г.

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

День 5

Наименование

Выход,

г

Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/

№ рецептуры или технологической карты

Белки

Жиры

Угле-
воды,

Энер-
гетическая
цен-
ность,
ккал.

Всего

Всего

Всего

г

г

г

5 день

Завтрак

Макароны отварные с сыром

160/15

ТТК

5.2

12,58

14,20

32,60

303,50

Бутерброд с повидлом

45

ТТК

1.3

2,20

1,20

16,80

86,80

Какао с молоком

200

2008

433

2,90

2,50

24,80

134,00

Апельсин свежий

100

2011

338

0,90

0,20

8,10

43,00

Итого за прием пищи:

520

18,58

18,10

82,30

567,30

Обед

Винегрет овощной

60

ТТК

1.48

0,84

6,06

3,96

66,40

Рассольник ленинградский с перловой крупой, отварной курицей и сметаной

200/5/5

2008

91

4,28

5,22

17,80

118,30

Голубцы ленивые

240

ТТК

9.2

13,74

11,53

22,40

248,30

Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами

40

ТТК

15.2

3,20

1,70

20,40

92,00

Батон нарезной обогащенный микронутриентами

50

ТТК

15.1

4,00

2,32

25,98

136,00

Напиток из протёртой брусники

200

ТТК

13.13

0,50

0,10

24,10

95,20

Итого за прием пищи:

800

26,56

26,93

114,64

756,20

Всего за день:

45,14

45,03

196,94

1323,50

13,26%

29,76%

57,85%

Зав присутствовал

