

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского

района

TD

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

День 5

30.01.2026

Наименование

Выход,

г

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

№
рецептуры
или
технологи-
чес-кой
карты

Белки

Всего

г

Жиры

Всего

г

Угле-
воды,

Всего

г

Энер-
гети-
ческая
цен-
ность,
ккал.

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 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
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. производством

