

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНДКО"

О.В.



Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района



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

День 8

20 января 2026г.

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или техноло- гиче- ской карты	Белки		Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.				
				Всего	Всего							
				г	г	г	г					
<b>8 день</b>												
<b>Завтрак</b>												
Макароны отварные с сыром	200/15	TTK	5.1	12,80	16,10	37,50	358,00					
Бутерброд с повидлом	45	TTK	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80					
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00					
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	TTK	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>660</b>			<b>21,12</b>	<b>22,48</b>	<b>78,68</b>	<b>612,36</b>					
<b>Обед</b>												
Салат витаминный	100	TTK	1.47	1,20	5,33	7,66	87,00					
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	250/10	2008	98/228	5,97	2,83	19,60	128,75					
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	100/20	TTK	9.15	7,91	10,65	10,67	170,08					
Каша гречневая рассыпчатая "по- домашнему"	180	TTK	4.8	4,32	5,52	12,48	116,88					
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	TTK	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00					
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	TTK	15.4	4,80	2,55	30,60	138,00					
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40					
Напиток из шиповника	200	TTK	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80					
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>1070</b>			<b>28,80</b>	<b>29,80</b>	<b>136,89</b>	<b>908,91</b>					
<b>Всего за день:</b>				<b>49,92</b>	<b>52,28</b>	<b>215,57</b>	<b>1521,27</b>					

Зав. приема обедов

