

Утверждаю

Директор

ООО "TREND-KOM"

О.В.



Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района



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

День 10

22 марта 2026г.

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					
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				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>550</b>			<b>20,39</b>	<b>18,96</b>	<b>76,68</b>	<b>555,60</b>				
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				
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>			<b>31,46</b>	<b>32,21</b>	<b>131,54</b>	<b>864,76</b>				
<b>Всего за день:</b>				<b>51,85</b>	<b>51,17</b>	<b>208,22</b>	<b>1420,36</b>				

Зав. производством 20

