

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского

района

TD

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

День 1

26.01.2026

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
1 день							
Завтрак							
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	2008	184	11,70	10,50	33,76	256,70
Бутерброд с маслом сливочным	35	ТТК	1.44	2,40	8,10	13,00	142,00
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00
Мандарин свежий	100	2011	338	0,80	0,10	7,50	38,00
Печенье в ассортименте	25	ТТК	12.2	3,00	2,50	11,20	69,00
Итого за прием пищи:	565			18,10	21,30	80,46	565,70
Обед							
Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/5/5	2012	72	2,60	3,78	12,50	136,30
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	214,20
Каша гречневая рассыпчатая "по- домашнему"	180	ТТК	4.8	4,32	5,52	12,48	116,88
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 (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00
Итого за прием пищи:	950			28,76	26,77	111,76	838,38
				0,12	0,25	0,47	
Всего за день:				46,86	48,07	192,22	1404,08

