

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕЦКОМ"



O.B.

О В ОГРН 1257800026550

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского

района



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

День 3

Honolulu 2026

Наименование	Выход,	Технологи-ческая и норматив-ная документа-ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи-ческой карты	Белки	Жиры	Угле-воды,	Энер-гети-ческая цен-ность, ккал.			
	Г			Всего	Всего	Всего				
	Г			Г	Г	Г				
3 день										
Завтрак										
Каша пшенная вязкая с тыквой	200	2008	185	7,80	9,50	37,10	247,70			
Бутерброд с сыром	40	TTK	1.43	4,31	4,29	13,56	105,87			
Чай с сахаром	200	2008	430	0,2	0,1	15,00	60,00			
Груша свежая	100	2011	338	0,4	0,3	10,30	47,00			
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	TTK	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56			
Итого за прием пищи:	740			18,63	19,27	85,34	568,13			
Обед										
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,6	5,1	7,7	83			
Суп картофельный с горохом и гренками	250/5	2012	81/116	5,2	3,3	18,75	137,2			
Котлета рубленая из филе куриного	100	TTK	10.22	10,93	6,22	9,94	160,83			
Ризotto (рис с овощами)	180	TTK	4.9	3,48	8,91	20,47	176			
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	50	TTK	15.1	4	2,32	25,98	136			
Хлеб ржано-пшеничный обогащённый микронутриентами	60	TTK	15.4	4,8	2,55	30,6	138			
Компот из свежих яблок	200	TTK	13.1	0,2	0,2	20,1	87,8			
Итого за прием пищи:	945			30,21	28,60	133,54	918,83			
Всего за день:				48,84	47,87	218,88	1486,96			

Заб. пречубогорской El

