

утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.

Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района



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

День 3

*Запрещено*

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	
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная вязкая с тыквой	200	2008	185	7,80	9,50	37,10	247,70
Бутерброд с сыром	40	ТТК	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	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>740</b>			<b>18,63</b>	<b>19,27</b>	<b>85,34</b>	<b>568,13</b>
<b>Обед</b>							
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	ТТК	10.22	10,93	6,22	9,94	160,83
Ризотто (рис с овощами)	180	ТТК	4.9	3,48	8,91	20,47	176
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4	2,32	25,98	136
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	60	ТТК	15.4	4,8	2,55	30,6	138
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,2	0,2	20,1	87,8
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>945</b>			<b>30,21</b>	<b>28,60</b>	<b>133,54</b>	<b>918,83</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,84</b>	<b>47,87</b>	<b>218,88</b>	<b>1486,96</b>

*Зав. производством*

