

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

О.В.



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского района



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

День 8

28 апреля

| Наименование | Выход, | Технологическая и нормативная документация / сборник рецептур/ | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры | Углеводы, | Энергетическая ценность, ккал. |
|---|-------------|--|---------------------------------------|--------------|--------------|---------------|--------------------------------|
| | г | | | Всего | Всего | Всего | |
| | | | | г | г | г | |
| 8 день | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Макароны отварные с сыром | 200/15 | ТТК | 5.1 | 12,80 | 16,10 | 37,50 | 358,00 |
| Бутерброд с повидлом | 45 | ТТК | 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 | ТТК | 16.3 | 5,92 | 5,08 | 9,38 | 107,56 |
| Итого за прием пищи: | 660 | | | 21,12 | 22,48 | 78,68 | 612,36 |
| Обед | | | | | | | |
| Салат витаминный | 100 | ТТК | 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 | ТТК | 9.15 | 7,91 | 10,65 | 10,67 | 170,08 |
| Каша гречневая рассыпчатая "подомашнему" | 180 | ТТК | 4.8 | 4,32 | 5,52 | 12,48 | 116,88 |
| Батон нарезной обогащенный микронутриентами | 50 | ТТК | 15.1 | 4,00 | 2,32 | 25,98 | 136,00 |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами | 60 | ТТК | 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 | ТТК | 13.1 | 0,20 | 0,20 | 20,10 | 87,80 |
| Итого за прием пищи: | 1070 | | | 28,80 | 29,80 | 136,89 | 908,91 |
| Всего за день: | | | | 49,92 | 52,28 | 215,57 | 1521,27 |

Зав. производством *ЕЕ*

