

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"



Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района



Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)

День 10

6.02.2026г.

Наименование	Выход, Г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или техноло- гиче- ской карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.				
				Всего	Всего	Всего					
				Г	Г	Г					
10 день											
Завтрак											
Омлет натуральный	150	ТТК	6.3	14,50	14,27	8,89	262,43				
Бутерброд с сыром и огурцом	40	ТТК	1.39	3,01	4,29	13,56	105,87				
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00				
Зефир витаминизированный	35	ТТК	12.1	0,63	0,10	28,20	101,60				
Апельсин свежий	100	2011	338	0,90	0,20	8,10	43,00				
Итого за прием пищи:	525			19,24	18,96	73,75	572,90				
Обед											
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	0,96	3,06	4,62	49,80				
Суп картофельный с горохом и гренками	200/5	2008	99	4,58	3,64	14,99	111,20				
Жаркое по-домашнему со свининой	240	2011	259	12,50	14,94	23,20	277,37				
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00				
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00				
Компот из смеси сухофруктов	200	2008	402	0,45	0,00	15,60	105,58				
Итого за прием пищи:	795			25,69	25,66	104,79	771,95				
Всего за день:				44,93	44,62	178,54	1344,85				

Зав. прогулка ученик ЧЕ

