

утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМ"

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского  
района



Петрова

О.В.



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

День 7

2.03.2026г.

Наименование	Выход,	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- чес-кой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гетиче- ская цен- ность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

7 день

Завтрак

Каша "Янтарная"	200	ТТК	4.15	11,94	16,49	38,72	294,26
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	ТТК	15.3	2,00	1,16	12,99	68,00
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
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	ТТК	16.1	4,10	2,50	4,90	87,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>675</b>			<b>19,04</b>	<b>20,35</b>	<b>79,11</b>	<b>547,26</b>

Обед

Огурец солёный порционнно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00
Бульон куриный с вермишелью и яйцом	250/10	ТТК	2.4	9,75	3,87	12,62	136,50
Паэлья с курицей	280	ТТК	10.20	9,57	19,95	42,11	402,90
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
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>950</b>			<b>29,92</b>	<b>28,99</b>	<b>133,11</b>	<b>910,40</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>48,96</b>	<b>49,34</b>	<b>212,22</b>	<b>1457,66</b>

Зав. производств. усл. се

