

Утверждаю

Директор



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района



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

День 3

10 декабря 2017.

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или техноло- гиче- ской карты	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.							
				Белки	Жиры	Угле- воды,	Всего				
				Всего	Всего	Всего					
3 день											
Завтрак											
Каша пшеничная вязкая с тыквой	150	2024	197	5,00	6,20	25,94	175,37				
Бутерброд с сыром	40	ТТК	1.43	4,31	4,29	13,56	105,87				
Чай с сахаром	200	2008	430	0,20	0,10	15,00	60,00				
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	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				
Итого за прием пищи:	690			15,83	15,97	74,18	495,80				
Обед											
Салат из квашеной капусты	60	2008	40	0,96	3,06	4,62	49,80				
Суп картофельный с горохом и гренками	200/5	2012	81/116	5,27	3,74	15,10	114,02				
Котлета рубленая из филе куриного	90	ТТК	10.21	9,84	5,60	8,95	144,73				
Ризotto (рис с овощами)	150	ТТК	4.2	2,90	7,43	17,06	146,70				
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 свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80				
Итого за прием пищи:	795			26,37	24,05	112,21	771,05				
Всего за день:				42,20	40,02	186,39	1266,85				
				12,40%	26,45%	54,75%					

Зав. производством Е.

