

Утверждают



Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района



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

день 9

Здравствуйте!

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технолого- ческой карты	Белки	Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.
				Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	

9 день

Завтрак

Плов фруктовый	200	ТТК	4.16	13,74	12,16	46,80	372,53
Бутерброд с яйцом	50	ТТК	1.41	5,10	7,15	10,65	122,80
Какао с молоком	200	2008	433	2,90	2,50	24,80	134,00
Груша свежая	100	2011	338	0,40	0,30	10,30	47,00
Итого за прием пищи:	550			22,14	22,11	92,55	676,33

Обед

Салат из свёклы отварной с подсолнечным маслом	100	2011	52	2,80	6,40	4,33	90,66
Суп из овощей с курицей отварной и сметаной	250/5/5	2012	64	3,10	5,10	9,40	101,30
Печень по-строгановски	100	ТТК	9.4	8,91	10,11	5,30	161,92
Булгур с овощами	180	2024	192 н	6,12	3,24	38,44	214,80
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
Компот из свежих яблок	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за прием пищи:	950			29,93	29,92	134,15	930,48
Всего за день:				52,07	52,03	226,70	1606,81

Зав. производством Е.

