

Утверждаю

Директор



Петрова

О.В.

Согласовано

Директор ГБОУ №3



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

День 11

19 декабря 2015г.

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки			Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.					
				Всего	Всего	Всего						
				г	г	г						
11 день												
Завтрак												
Омлет натуральный	200	ТТК	6.4	18,10	19,02	11,86	350,00					
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:	575			22,84	23,71	76,72	660,47					
Обед												
Салат из квашеной капусты	100	2008	40	1,60	5,10	7,70	83,00					
Суп картофельный с горохом и гренками	250/5	2012	81/116	5,20	3,30	18,75	137,20					
Жаркое по-домашнему со свининой	280	ТТК	9.12	14,58	17,43	27,10	323,60					
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					
Компот из смеси сухофруктов	200	ТТК	13.4	0,60	0,10	23,50	97,20					
Итого за прием пищи:	945			30,78	30,80	133,63	915,00					
Всего за день:				53,62	54,51	210,35	1575,47					

Зав. производством Ел

