

Утверждают

Директор



О.В.

Петрова

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского

района



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

День 1

29 декабря 2015

Наименование	Выход, г	Технологи- ческая и норматив- ная документа- ция /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологи- ческой карты	Белки			Жиры	Угле- воды,	Энер- гети- ческая цен- ность, ккал.							
				Всего												
				г	г	г										
1 день																
Завтрак																
Каша геркулесовая молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	2008	184	11,70	10,50	33,76	256,70									
Бутерброд с маслом сливочным	35	ТТК	1.44	2,40	8,10	13,00	142,00									
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									
Печенье в ассортименте	25	ТТК	12.2	3,00	2,50	11,20	69,00									
Итого за прием пищи:	565			18,10	21,30	80,46	565,70									
Обед																
Огурец солёный порционно	100	ТТК	1.5	0,80	0,10	2,00	11,00									
Щи по-уральски с крупой и курицей, со сметаной	250/5/5	2012	72	2,60	3,78	12,50	136,30									
Гуляш	100	ТТК	9.38	11,24	12,30	8,40	214,20									
Каша гречневая рассыпчатая "по-домашнему"	180	ТТК	4.8	4,32	5,52	12,48	116,88									
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									
Сок фруктовый (яблочный)	200	2008	442	1,00	0,20	19,80	86,00									
Итого за прием пищи:	950			28,76	26,77	111,76	838,38									
Всего за день:				0,12	0,25	0,47										
				46,86	48,07	192,2	1404,08									

Зав. приемом обедов

