

Утверждаю

Директор

ООО "ТРЕНД-КОМИ"

О.В.

Согласовано

Директор ГБОУ №3

Петроградского
района

TD



Петрова



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

День 4

25 декабря 2025 г.

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

4 день

Завтрак

| | | | | | | | |
|---|-----|------|------|-------|-------|-------|--------|
| Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба") | 200 | ТТК | 4.13 | 12,09 | 10,56 | 35,06 | 232,40 |
| Бутерброд с маслом сливочным | 25 | ТТК | 1.45 | 2,00 | 7,64 | 12,82 | 138,70 |
| Чай с лимоном | 200 | 2008 | 431 | 0,29 | 0,10 | 14,69 | 59,90 |
| Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5% | 150 | ТТК | 16.1 | 4,10 | 2,50 | 4,90 | 87,00 |
| Яблоко свежее | 100 | 2011 | 338 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 |
| Итого за прием пищи: | 675 | | | 18,88 | 21,20 | 77,27 | 562,40 |

Обед

| | | | | | | | |
|--|--------|------|--------|-------|-------|--------|---------|
| Салат из свеклы с яйцом | 80/20 | 2011 | 52/209 | 3,55 | 8,75 | 4,50 | 125,00 |
| Суп с макаронными изделиями, картофелем и курой отварной | 250/5 | 2012 | 82 | 3,80 | 2,80 | 16,10 | 117,00 |
| Тефтели рыбные в соусе кисло-сладком с овощами | 100/20 | ТТК | 8.8 | 9,12 | 7,54 | 9,78 | 143,50 |
| Картофель отварной | 180 | 2008 | 333 | 3,45 | 6,36 | 24,36 | 168,40 |
| 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 (персиковый) | 200 | ТТК | 13.14 | 1,00 | 0,20 | 15,00 | 76,00 |
| Итого за прием пищи: | 965 | | | 29,72 | 30,52 | 126,32 | 903,90 |
| Всего за день: | | | | 48,60 | 51,72 | 203,59 | 1466,30 |

Зав. производством

