Утверждаю
Директор
ООО "ТРЕНД-КОМ"

_____ Петрова
О.В.

Согласовано
Директор ГБОУ №3
Петроградского
района

_____

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (завтрак/обед)
День 11

23 января 2026 г.

Наименование	Выход, г	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/	№ рецептуры или технологичес-кой карты	Белки Всего г	Жиры Всего г	Углеводы, Всего г	Энергетическая ценность, ккал.
11 день							
Завтрак							
Омлет натуральный	200	ТТК	6.4	17,40	18,03	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**			**22,14**	**22,72**	**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 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 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:				**52,92**	**53,52**	**210,35**	**1575,47**

Зав. производством