

СОГЛАСОВАНО

МОБУ  
«СОШ  
Янинский ЦО»

Директор

09.09.2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО «СТК»

Степанова Е.Г.

09.09.2025 г.

" 09.09.2025 г.

| Наименование                                       | Выход, | Технологическая и нормативная документация (сборник рецептур) | № рецептуры или технологической карты | Белки | Жиры  | Углеводы | Энергетическая ценность, ккал. |
|----------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-------|-------|----------|--------------------------------|
|                                                    | г      |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
|                                                    |        |                                                               |                                       | Всего | Всего | Всего    |                                |
|                                                    | г      |                                                               |                                       | г     | г     | г        |                                |
| 5 день                                             |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| I Завтрак                                          |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Макароны запеченные с сыром                        | 180    | 2008                                                          | 211                                   | 10,47 | 8,7   | 41,6     | 295                            |
| Бутерброд с повидлом                               | 40     | 2008                                                          | 2                                     | 1,74  | 0,24  | 23,2     | 97,2                           |
| Кофейный напиток с молоком                         | 180    | 2016                                                          | 414                                   | 2,85  | 2,41  | 14,36    | 90,5                           |
| Итого:                                             | 400    |                                                               |                                       | 15,06 | 11,35 | 79,16    | 482,70                         |
| II Завтрак                                         |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Сок фруктовый*                                     | 100    | 2008                                                          | 442                                   | 0,5   | 0,1   | 9,9      | 43                             |
| Итого:                                             | 100    |                                                               |                                       | 0,50  | 0,10  | 9,90     | 43,00                          |
| Обед                                               |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Салат из моркови и яблок*                          | 50     | 2016                                                          | 41                                    | 0,43  | 0,05  | 3,94     | 41,3                           |
| Суп овощной со сметаной                            | 205    | 2008                                                          | 95                                    | 1,62  | 4,26  | 6,4      | 80                             |
| Плов из филе птицы                                 | 180    | 2008                                                          | 311                                   | 18,6  | 20,9  | 33,2     | 389                            |
| Компот из сухофруктов                              | 180    | 2008                                                          | 402                                   | 0,54  | 0,09  | 28,6     | 118                            |
| Хлеб ржано-пшеничный, обогащенный микронутриентами | 40     | к/к                                                           | к/к                                   | 2,72  | 0,32  | 17       | 90                             |
| Итого:                                             | 655    |                                                               |                                       | 23,91 | 25,62 | 89,14    | 718,30                         |
| Полдник                                            |        |                                                               |                                       |       |       |          |                                |
| Тефтели (1-й вариант)                              | 70     | 2008                                                          | 283                                   | 10,4  | 12,2  | 7,7      | 182,5                          |
| Пюре картофельное                                  | 130    | 2008                                                          | 335                                   | 2,7   | 4,7   | 17,7     | 122,7                          |
| Кефир                                              | 200    | 2008                                                          | 435                                   | 6     | 0,2   | 8        | 62                             |
| Батон нарезной из пшеничной муки в/с               | 25     | к/к                                                           | к/к                                   | 1,98  | 0,23  | 12,08    | 59                             |
| Итого:                                             | 425    |                                                               |                                       | 21,08 | 17,33 | 45,48    | 426,20                         |
| Итого за день:                                     | 1580   |                                                               |                                       | 60,55 | 54,40 | 223,68   | 1670,20                        |

Заведующий производством

ООО «СТК»  
Пищеблок  
Янинский ЦО (ДО №3)  
ЛО, Всеволожский район, гп. Янино-1,  
Сырный пр., д.1  
ДЛЯ ДОКУМЕНТОВ