

Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор



Шипилов И.А.

Каширин М.А.

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)

День 4

15.10.2026

4 день

4 день							
Наименование блюда	Вес блю да	Пищевые вещества			Энергетическ ая ценность	№ рецептуры или технологическ ой карты	Технологическ ая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белк и	Жиры	Углевод ы			
Завтрак							
Омлет натуральный	150	14,45	15,87	8,73	263,64	36.0	ТТК
Чай с лимоном	200	0,25	0,06	15,56	62,12	42.0	ТТК
Фрукты свежие	100	0,4	0,3	10,3	47	6.3	ТТК
Зефир витаминизированн ый	35	0,63	0,1	23,2	101,6	5.2	ТТК
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Итого за завтрак:	510	17,73	17,49	70,78	542,36		
Обед							
Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,06	4,14	48	35	2008
Суп. картофельный с горохом и грибами	200	4,12	2,6	16,12	114,7	13.11	ТТК
Биточки Особые	90	10,1	11,02	10,62	217,4	22.1	ТТК
Рагу овощное	150	3,5	6,7	11,5	119	351	2008
Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	15	76	41.0	ТТК
Хлеб. ржаной обогащённый микронутриентами	40	3,2	1,7	20,4	92	2.0	ТТК
Хлеб пшеничный обогащённый микронутриентами	50	4	2,32	25,98	136	2.4	ТТК
Итого за обед:	790	26,88	27,6	103,76	803,1		
Итого за день:		44,61	45,09	174,54	1345,46		