

Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор



[Signature]

Каширин М.А



Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (комплексный обед)
День 5

16.10.2026

5 день

5 день							
Наименование блюда	Вес блюд а	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	№ рецептуры или технологическо й карты	Технологическа я и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белк и	Жиры	Углевод ы			
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	7,7	83	40	
Суп из минтая с картофелем и перловой крупой	270	7,12	4,68	21,01	138,2	13.9	
Курица по- строгановски	100	11,2 4	8,06	3,94	158,91	23.3	
Рис отварной	200	4,93	7,76	31,58	248,44	32.3	
Хлеб ржаной обогащённый микронутриентам и	60	4,8	2,55	27	129	2.1	
Хлеб пшеничный обогащённый микронутриентам и	50	4	2,32	25,98	136	2.4	
Компот из плодов шиповника	200	0,28	0,11	25,87	105,62	41.2	
Сдоба обыкновенная	100	11,5 6	24,47	59,07	333,02	57.2	
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43	6.1	
Итого за комплексный обед:	1180	46,4 3	55,25	210,25	1 375,19		