

Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор



Каширин М.А

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (комплексный обед)
День 7

19.10.2026

7 день

19.10.2026

7 день							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
Комплексный обед							
Винегрет овощной	100	1,4	7,2	6,69	97,83	30	
Суп крестьянский с рисом, мясом курицы и сметаной	275	7,53	6,5	12,58	126,1	12.8	
Фрикадельки куриные с соусом молочным	120	7,6	3,65	11,18	127,04	24.0	
Каша гречневая рассыпчатая	200	8,53	10,67	36,67	278,67	32.14	
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	60	4,8	2,55	27	129	2.1	
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	75	6	3,48	38,97	204	2.5	
Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	15	76	41.0	
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	44,4	6.2	
Вафли в ассортименте	80	9,76	8,93	39,2	248	5.14	
Итого за комплексный обед:	1210	47,0 2	43,58	197,09	1331,04		