

Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»



Каширин М.А.

Согласовано
Директор



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

День 11

23.10.2026

11 день

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			

Завтрак

Бутерброд с маслом сливочным	35	2,4	8,1	13	142	1.2	ТТК
Запеканка из творога с молоком сгущенным	155	12,52	13,87	29,8	331,6	35.0	ТТК
Чай с молоком	200	2,97	2,6	15,9	98,89	42.1	ТТК
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43	6.2	ТТК
Итого за завтрак:	490	18,79	24,77	66,8	615,49		

Обед

Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,8	40	2008
Рассольник ленинградский с мясом курицы и сметаной	200	3,39	4,91	13,62	110,7	14.0	ТТК
Жаркое по- домашнему со свининой	240	14,7	13,65	19,2	286,8	21.1	ТТК
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	436	ТТК
Хлеб ржаной обогащенный микронутриентами	40	3,2	1,7	20,4	92	2.0	ТТК
Хлеб пшеничный обогащенный микронутриентами	50	4	2,32	25,98	136	2.4	ТТК
Итого за обед:	790	26,45	25,64	109,52	780,3		
Итого за день:		45,24	50,41	176,32	1 395,79		