Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»



Каширин М.А

Согласовано
Директор



Сергеева НА

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

16.11.2026

7 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 повидлом	45	1,2	0,88	16,8	114,16	1.1	ТТК
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,09	8,95	20,56	194,55	34.0	ТТК
Чай с молоком	200	2,97	2,6	15,9	98,89	42.1	ТТК
Фрукт свежий	100	0,4	0,4	9,8	44,4	6.2	ТТК
Печенье в ассортименте	25	3	2,5	11,2	69	5.0	ТТК
Итого за завтрак:	**550**	**13,66**	**15,33**	**74,26**	**521**		
Обед							
Винегрет овощной	60	0,84	5,06	3,96	73,8	4.2	ТТК
Суп крестьянский с рисом, мясом курицы и сметаной	200	3,6	4,25	10,16	101,85	12.2	ТТК
Фрикадельки куриные с соусом молочным	120	7,6	3,65	11,18	127,04	24.0	ТТК
Каша гречневая рассыпчатая	150	6,7	8	27,5	209	32.13	ТТК
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:	**820**	**26,94**	**25,18**	**114,18**	**815,69**		
Итого за день:		**40,6**	**40,51**	**188,44**	**1 336,69**		