Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (комплексный 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			
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 обогащённый микронутриентами	60	4,8	2,55	27	129	2.1	
Хлеб пшеничный обогащённый 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**	**47,02**	**43,58**	**197,09**	**1331,04**		