Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 8 17.11.2026

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
8 день							
Завтрак							
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Каша пшенная с тыквой	180	8,6	10,9	25,14	232,16	34.4	ТТК
Чай с вареньем	200	0,3	0,1	11	43	430	2008
Фрукты свежие	100	0,8	0,1	7,5	38	6.1	ТТК
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	4,8	3,75	19,05	126,75	41.1	ТТК
Итого за завтрак:	**655**	**16,5**	**16,01**	**75,68**	**507,91**		
Обед							
Салат из соленых огурцов с луком	60	1,62	3,06	1,56	40,2	20	2008
Борщ с капустой и картофелем, отварной говядиной и сметаной	200	3,71	4,87	9,54	91,9	11.1	ТТК
Плов из филе куриного	240	13,47	14,44	28,1	325,4	23.1	ТТК
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	43.0	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:	**790**	**26,2**	**26,59**	**113,48**	**800,5**		
Итого за день:		**42,7**	**42,6**	**189,16**	**1 308,14**		