Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор

Петрова Н.А

_____ Каширин М.А

_____

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 9

18.11.2026

9 день							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Макароны отварные с сыром	160	10,1	14,66	14,34	216,51	31.7	ТТК
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	433	2008
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Зефир витаминизированный	35	0,63	0,1	23,2	101,6	5.3	ТТК
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43	6.2	ТТК
Итого за завтрак:	**520**	**16,53**	**18,62**	**83,43**	**563,11**		
Обед							
Яйцо с гарниром	60	5,11	4,64	1,59	70,93	4.3	ТТК
Суп картофельный с горохом и гренками	200	3,4	2,7	10,12	114,7	13.1	ТТК
Печень, тушенная в сметанном соусе	120	7,04	7,11	10,23	151,92	27.1	ТТК
Ризотто (рис с овощами)	150	3,15	5,49	20,85	168	32.1	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**	**26,9**	**24,16**	**104,17**	**809,55**		
Итого за день:		**43,43**	**42,78**	**187,6**	**1 372,66**		