Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (комплексный 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			
Комплексный обед							
Яйцо с гарниром	100	6,94	4,72	4,18	86,96	4.13	
Суп картофельный с горохом и гренками	250	4,25	3,06	23,05	132,68	13.12	
Печень, тушенная в сметанном соусе	120	7,04	7,11	10,23	151,92	27.1	
Ризотто (рис с овощами)	200	4,73	7,32	27,8	228,44	32.6	
Хлеб ржаной обогащённый микронутриентами	60	4,8	2,55	27	129	2.1	
Хлеб пшеничный обогащённый микронутриентами	50	4	2,32	25,98	136	2.4	
Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0,2	15	76	41.0	
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,4	6.2	
Зефир витаминизированный	35	0,63	0,1	23,2	101,6	5.3	
Сдоба обыкновенная	100	11,56	24,47	59,07	333,02	57.2	
Итого за комплексный обед:	**1215**	**45,85**	**52,05**	**223,61**	**1 419,02**		