Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор

Каширин М.А

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

20.11.2026

11 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 маслом сливочным	35	2,4	8,1	13	142	1.2	ТТК
Запеканка из творога с молоком сгущенным	155	12,52	13,87	29,8	331,6	35.0	ТТК
Чай с молоком	200	2,97	2,6	15,9	98,89	42.1	ТТК
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43	6.2	ТТК
Итого за завтрак:	**490**	**18,79**	**24,77**	**66,8**	**615,49**		
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,8	40	2008
Рассольник ленинградский с мясом курицы и сметаной	200	3,39	4,91	13,62	110,7	14.0	ТТК
Жаркое по-домашнему со свининой	240	14,7	13,65	19,2	286,8	21.1	ТТК
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	436	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**	**26,45**	**25,64**	**109,52**	**780,3**		
Итого за день:		**45,24**	**50,41**	**176,32**	**1 395,79**		