Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Петрова НА

Ежедневное меню учащихся 12-18 лет (комплексный обед)
День 11

20.11.2026

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
11 день							
Комплексный обед							
Салат из квашеной капусты	100	1,6	5,1	7,7	83	40	
Рассольник ленинградский с мясом курицы и сметаной	265	4,7	6,43	17,83	147,58	14.2	
Жаркое по-домашнему со свининой	300	20,38	17,07	24	358,5	21.6	
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	
Напиток апельсиновый	200	0,2	0	25,7	105	436	
Фрукт свежий	100	0,9	0,2	8,1	43,4	6.2	
Булочка домашняя	100	7,4	17,8	49,8	300,6	57.0	
Итого за комплексный обед:	**1200**	**45,98**	**52,63**	**199,1**	**1 371,08**		