Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Петрова Н.А

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 1

23.11.2026

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
1 день							
Завтрак							
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0	54,5	14	2008
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	200	5,62	8	24,71	202,52	34.25	ТТК
Какао с молоком	200	2,9	2,5	24,8	134	433	2008
Фрукт свежий	100	0,8	0,1	7,5	38	6.2	ТТК
Печенье в ассортименте	25	3	2,5	11,2	69	5.0	ТТК
Итого за завтрак:	**565**	**17,77**	**18,71**	**81,2**	**566,02**		
Обед							
Огурец солёный порционно	60	0,48	0,06	1,02	6	3.0	ТТК
Щи из свежей капусты с картофелем, мясом курицы и сметаной	200	3,34	3,6	4,35	71,16	11.0	ТТК
Тефтели мясные с соусом сметанным с томатом	120	9,22	14,9	15,42	271,77	22.0	ТТК
Макаронные изделия отварные	150	5,5	4,8	31,3	163,4	331	2008
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**	**26,74**	**27,58**	**113,47**	**816,33**		
Итого за день:		**44,51**	**46,29**	**194,67**	**1 382,35**		