Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор

_____ Каширин М.А

_____

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 3 25.11.2026

3 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 повидлом	45	1,2	0,88	16,8	114,16	1.1	ТТК
Каша геркулесовая молочная жидкая с маслом сливочным	180	6,09	8,95	20,56	194,55	34.0	ТТК
Чай с молоком	200	2,97	2,6	15,9	98,89	42.1	ТТК
Йогурт фруктовый, м.д.ж. 2,5%	150	4,8	3,75	19,05	126,75	41.1	ТТК
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44,4	6.2	ТТК
Итого за завтрак:	**675**	**15,46**	**16,58**	**82,11**	**578,75**		
Обед							
Салат из свеклы с маслом растительным	60	0,61	3,65	4,32	59,07	4.0	ТТК
Суп картофельный с макаронными изделиями и мясом курицы	200	3,35	7,54	10,18	115,9	13.0	ТТК
Биточки рыбные из минтая	90	12,1	6,6	10,1	163	26.0	ТТК
Картофель тушеный	150	3,1	5,4	20,3	141	33.0	ТТК
Компот из свежих яблок	200	0,2	0,2	27,9	115	43.0	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:	**790**	**25,56**	**27,41**	**119,18**	**821,97**		
Итого за день:		**41,02**	**43,99**	**201,29**	**1 400,72**		