Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 4

26.11.2026

4 день							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Омлет натуральный	150	14,45	15,87	8,73	263,64	36.0	ТТК
Чай с лимоном	200	0,25	0,06	15,56	62,12	42.0	ТТК
Фрукты свежие	100	0,4	0,3	10,3	47	6.3	ТТК
Зефир витаминизированный	35	0,63	0,1	23,2	101,6	5.2	ТТК
Батон нарезной обогащённый микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Итого за завтрак:	**510**	**17,73**	**17,49**	**70,78**	**542,36**		
Обед							
Салат из белокочанной капусты	60	0,96	3,06	4,14	48	35	2008
Суп картофельный с горохом и гренками	200	4,12	2,6	16,12	114,7	13.11	ТТК
Биточки Особые	90	10,1	11,02	10,62	217,4	22.1	ТТК
Рагу овощное	150	3,5	6,7	11,5	119	351	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:	**790**	**26,88**	**27,6**	**103,76**	**803,1**		
Итого за день:		**44,61**	**45,09**	**174,54**	**1 345,46**		