

Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Согласовано
Директор



_____ Каширин
М.А

18.09.2026

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)
День 5

5 день							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическа я ценность	№ рецептуры или технологическо й карты	Технологическа я и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углевод ы			
Завтрак							
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0	54,5	14	2008
Каша пшѐнная молочная жидкая с маслом сливочным	180	7,39	10,74	35,4	292,16	34.1	ТТК
Чай с лимоном	200	0,25	0,08	8,1	34	456	2024
Батон нарезной обогащѐнный микронутриентами	25	2	1,16	12,99	68	2.3	ТТК
Вафли	20	2,44	2,23	9,8	62	5.1	ТТК
Фрукты свежие	100	0,8	0,1	7,5	38	6.1	ТТК
Итого за завтрак:	540	16,33	18,76	73,79	548,66		
Обед							
Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,06	4,62	49,8	40	2008
Суп из минтая с картофелем и перловой крупой	200	4,1	2,86	13,58	95,06	13.2	ТТК
Курица по- строгановски	90	10,12	7,25	3,55	141,02	23.0	ТТК
Рис отварной	150	3,7	6,3	23,18	203	32.0	ТТК
Компот из плодов шиповника	200	0,28	0,11	25,87	105,62	41.2	ТТК
Хлеб ржаной обогащѐнный микронутриентами	40	3,2	1,7	20,4	92	15.2	ТТК
Хлеб пшеничный обогащѐнный микронутриентами	50	4	2,32	25,98	136	2.4	ТТК
Итого за обед:	790	26,36	23,6	117,18	822,5		
Итого за день:		42,69	42,36	190,97	1 371,16		