

Утверждаю  
Директор  
ООО «Регион-Питание»

Согласовано  
Директор



М.А. Каширин

Ежедневное меню учащихся 7-11 лет (завтрак/обед)  
День 6

| 6 день                                                     |              |                  |       |          |                            |                                             |                                                                           |
|------------------------------------------------------------|--------------|------------------|-------|----------|----------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| Наименование<br>блюда                                      | Вес<br>блюда | Пищевые вещества |       |          | Энергетическая<br>ценность | № рецептуры или<br>технологической<br>карты | Технологическая<br>и нормативная<br>документация<br>/сборник<br>рецептур/ |
|                                                            |              | Белки            | Жиры  | Углеводы |                            |                                             |                                                                           |
| Завтрак                                                    |              |                  |       |          |                            |                                             |                                                                           |
| Бутерброд с<br>повидлом                                    | 45           | 1,2              | 0,88  | 16,8     | 114,16                     | 1.1                                         | ТТК                                                                       |
| Каша геркулесовая<br>молочная жидкая с<br>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                                                                       |
| Фрукт свежий                                               | 100          | 0,4              | 0,4   | 9,8      | 44,4                       | 6.2                                         | ТТК                                                                       |
| Печенье в<br>ассортименте                                  | 25           | 3                | 2,5   | 11,2     | 69                         | 5.0                                         | ТТК                                                                       |
| Итого за завтрак:                                          | 550          | 13,66            | 15,33 | 74,26    | 521                        |                                             |                                                                           |
| Обед                                                       |              |                  |       |          |                            |                                             |                                                                           |
| Винегрет овощной                                           | 60           | 0,84             | 5,06  | 3,96     | 73,8                       | 4.2                                         | ТТК                                                                       |
| Суп крестьянский<br>с рисом, мясом<br>курицы и сметаной    | 200          | 3,6              | 4,25  | 10,16    | 101,85                     | 12.2                                        | ТТК                                                                       |
| Фрикадельки<br>куриные с соусом<br>молочным                | 120          | 7,6              | 3,65  | 11,18    | 127,04                     | 24.0                                        | ТТК                                                                       |
| Каша гречневая<br>рассыпчатая                              | 150          | 6,7              | 8     | 27,5     | 209                        | 32.13                                       | ТТК                                                                       |
| Сок фруктовый в<br>ассортименте                            | 200          | 1                | 0,2   | 15       | 76                         | 41.0                                        | ТТК                                                                       |
| Хлеб ржаной<br>обогащённый<br>микронутриентами             | 40           | 3,2              | 1,7   | 20,4     | 92                         | 2.0                                         | ТТК                                                                       |
| Хлеб пшеничный<br>обогащённый<br>микронутриентами          | 50           | 4                | 2,32  | 25,98    | 136                        | 2.4                                         | ТТК                                                                       |
| Итого за обед:                                             | 820          | 26,94            | 25,18 | 114,18   | 815,69                     |                                             |                                                                           |
| Итого за день:                                             |              | 40,6             | 40,51 | 188,44   | 1 336,69                   |                                             |                                                                           |