Утверждаю
Директор
ООО «Регион-Питание»

Каширин М.А

Согласовано
Директор

16.10.2026

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

5 день							
Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры или технологической карты	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептур/
		Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак							
Сыр (порциями)	15	3,45	4,45	0	54,5	14	2008
Каша пшённая 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 обогащённый 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 обогащённый микронутриентами	40	3,2	1,7	20,4	92	15.2	ТТК
Хлеб пшеничный обогащённый 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**		