



Ежедневное меню завтрака и обеда учащихся 7-11

26 мая 2026 г

7 день

Наименование	Выход,	Технологическая и нормативная документация /сборник рецептов/	№ рецептуры или технологической карты	Белки	Жиры	Угле-воды.	Энергетическая ценность, ккал.
	г			Всего	Всего	Всего	
				г	г	г	
Завтрак							
Макароны отварные с сыром	150/15	ТТК	5.2	8,74	11,03	31,51	259,95
Бутерброд с повидлом	45	ТТК	1.3	2,20	1,20	16,80	86,80
Чай с сахаром	200	2008	431	0,20	0,10	15,00	60,00
Молоко м.д.ж. 2,5% в индивидуальной упаковке	200	ТТК	16.3	5,92	5,08	9,38	107,56
Итого за прием пищи:	610			17,06	17,41	72,69	514,31
Обед							
Салат витаминный	60	ТТК	1.46	0,71	3,20	4,60	52,20
Суп рыбный с картофелем и перловой крупой	200/10	2008	98\228	4,78	2,27	15,68	103,00
Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	90/30	ТТК	9.5	7,10	10,21	9,46	180,00
Каша гречневая рассыпчатая "подомашнему"	150	ТТК	4.7	3,60	4,60	10,40	97,40
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутрентами	40	ТТК	15.2	3,20	1,70	20,40	92,00
Батон нарезной обогащенный микронутрентами	50	ТТК	15.1	4,00	2,32	25,98	136,00
Яблоко свежее	100	2011	338	0,40	0,40	9,80	44,40
Напиток из шиповника	200	ТТК	13.1	0,20	0,20	20,10	87,80
Итого за прием пищи:	930			23,99	24,90	116,42	792,80
Всего за день:				41,05	42,31	189,11	1307,11

Заведующий производством _____