

День 7

Утверждаю

Директор школы



Меню на 09.06 2026

Наименование блюда	Масса	Масса	Цена	белки	жиры	углеводы	калории	Сборник рецептур	№Рецептуры
	7-10 лет	11-18 лет		г.	г.	г.	ккал		
Котлеты рыбные в томатном соусе	100	100	42,02	8,24	10,40	11,60	180,6	Сборник рецептур 2016	271, ТТК 9
Картофельное пюре	180	200	15,32	3,00	5,70	23,70	158,30	НИИ гигиены 2020	54-11г-2020
Овощи по сезону (огурец соленый)	60	100	6,00	0,66	0,12	2,28	13,20	Сборник рецептур 2015	70
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Чай черный байховый с сахаром и лимоном	200	200	6,02	0,20	0,00	6,40	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
Итого за завтрак	570	630	71	15	17	59	451		

ОБЕД

Суп вермишелевый на мясном бульоне	250	300	15,00	4,29	3,33	20,90	130,73	Сборник рецептур 2003	22
Рис отварной	200	250	20,00	4,79	7,21	48,55	278,30	НИИ гигиены 2020	54-6г-2020
Чахохбили	120	120	59,31	4,90	8,50	4,02	115,00	Сборник рецептур 2004	491, ТТК №2
Компот из смеси сухофруктов	200	200	7,00	0,60	0,00	22,70	93,20	НИИ гигиены 2020	54-7хн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	30	2,00	6,50	0,80	33,80	177,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед	830	930	105,31	23,48	20,14	144,57	867,43		
Итого за день	1400	1560	176,67	37,98	36,66	203,15	1318,53		