

День 7

Утверждаю

Директор школы

Меню на 09.06 2026

*С.С. Секретева*



Наименование блюда	Масса 7-10 лет	Масса 11-18 лет	Цена	белки г.	жиры г.	углеводы г.	калории		Сборник рецептов	№Рецептуры
							ккал	ккал		
Котлеты рыбные в томатном соусе	100	100	42,02	8,24	10,40	11,60	180,6	180,6	Сборник рецептов 2016	271, ТТК 9
Картофельное пюре	180	200	15,32	3,00	5,70	23,70	158,30	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	13,20	Сборник рецептов 2015	70
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	30	2,00	2,40	0,30	14,60	72,60	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	26,40	НИИ гигиены 2020	54-2гн-2020
<b>Итого за завтрак</b>	<b>570</b>	<b>630</b>	<b>71</b>	<b>15</b>	<b>17</b>	<b>59</b>	<b>451</b>	<b>451</b>		

ОБЕД

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