

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием питательным питанием обучающихся 7-11 лет

"31" октября 2020 г.

Утверждено: *4/8/20*
Директор: *С.В.Смирнов*
Специальный представитель
ГБОУ "Михайловская школа-интернат"



6. Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
Каша пшеница молочная вязкая ТТК №108		200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
Бутерброд с сыром ТТК №380		30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301		200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Батон		50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК №178	
Итого за прием пищи:		500	19,3	15,8	95,4	663,4		
II Завтрак								
Фрукты свежие (яблоко) №338		200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Сок фруктовый (апельсиновый) №707		180	0,5	0,2	20,6	90,8	707	2004
Итого за прием пищи:		380	1,3	1,0	39,6	182,0		
Обед								
Кашута кашаная ТТК №3		60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3	
Расолинка Ленинградский ТТК №204		200	4,1	7,5	12,0	68,7	ТТК №204	
Котлеты рубленные из птицы ТТК №62		90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62	
Макаронные изделия отварные ТТК №129		150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129	
Компот из свежих плодов ТТК №52		200	0,1	0,1	14,2	59,2	ТТК №52	
Хлеб пшеничный		50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Хлеб пеклеваный		70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за прием пищи:		820	29,5	30,6	125,0	822,5		
Полдник								
Пирожок с яблоками ТТК №140		100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140	
Чай черный с яблоком ТТК №547		200	0,25	0,1	10,22	42,98	ТТК №547	
Итого за прием пищи:		300	7,4	11,1	55,5	307,9		
Ужин								
Запеканка рисовая с творогом с соусом молочным ТТК №100		200/50	17,9	21,7	51,9	372,9	ТТК №100	
Чай с сахаром каркаде ТТК №241		200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
Хлеб пшеничный		50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:		500	21,8	22,0	91,2	545,7		
Всего за день:			79,2	80,5	406,7	2 521,4		

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным педиатрическим питанием обучающихся 12-18 лет

"21" декабря 2026 г.

6. Прием пищи, наименование блюда

КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ТТК №108 БУТЕРБРОД С СЫРОМ ТТК №380 БАТОН Итого за прием пищи: Фрукты свежие (яблоко) №338 Сок фруктовый (апельсиновый) №707 Итого за прием пищи: КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3 РАССОЛЫНИК ЛЕНИН РАДСКИЙ ТТК №204 КОТЛЕТЫ РУБЦОВЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62 МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ТТК №52 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ Итого за прием пищи: ПРОВОЖОК С ЯБЛОКАМИ ТТК №140 Чай черный с яблоком ТТК №547 Итого за прием пищи: ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ ТТК №100 Чай с САХАРОМ КАРАМЕ ТТК №241 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ Итого за прием пищи: Всего за день: <th colspan="2">Масса порции</th> <th colspan="3">Пищевые вещества</th> <th rowspan="2">Энергетическая ценность, ккал</th> <th rowspan="2">№ рецеп-туры</th> <th rowspan="2">Сборник рецептов</th>	Масса порции		Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
	Завтрак	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
250	13,0	11,5	47,5	ТТК №108				
30/10/10	4,7	5,1	17,1	ТТК №380				
200	0,3	0,0	15,2	ТТК №301				
60	4,6	1,8	30,1	ТТК №178				
560	22,6	18,4	109,9	ТТК №178				
200	0,8	0,8	19,0	ТТК №178				
180	0,5	0,2	20,6	ТТК №178	2011			
380	1,3	1,0	39,6	ТТК №178	2004			
Обед								
100	1,5	0,1	8,5	ТТК №3				
250	6,2	9,4	15,0	ТТК №204				
100	14,5	16,2	16,0	ТТК №62				
200	4,7	9,3	34,9	ТТК №129				
200	0,1	0,1	14,2	ТТК №52				
50	3,7	0,3	24,3	ТТК №6				
70	4,5	0,6	28,8	ТТК №7				
970	35,2	36,0	141,7	ТТК №7				
Подливки								
150	10,7	16,5	68,0	ТТК №140				
200	0,25	0,1	10,22	ТТК №547				
150	11,0	16,6	78,2	ТТК №547				
Ужин								
250/50	21,5	26,0	62,9	ТТК №100				
200	0,2	0,0	15,0	ТТК №241				
100	7,4	0,6	48,7	ТТК №6				
600	29,1	26,6	126,6	ТТК №6				
	99,1	98,6	496,0	ТТК №6				
			3 071,0					

