

Утверждаю

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

В.В. Рум

Ерохина Н.В.



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

3

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша пшеничная молочная вязкая ТТК №108	200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108		
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301		
Итого за прием пищи:	700	15,4	16,5	104,3	661,3			
Обед								
Помидор соевый ТТК №27	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27		
Суп картофельный ТТК №87	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87		
Гречка по-купечески с филе курицы ТТК №468	150	17,8	27,0	33,5	376,7	ТТК №468		
Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707		2004
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6		
Хлеб пеклеваемый	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	730	30,0	30,8	129,3	848,8			
Всего за день:		45,4	47,3	233,6	1 510,1			

Зав. производством

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.В. «Школа-интернат»

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

3. Deradhu 2025.

7. Михайловская школа-интернат
«Михайловская
школа-интернат»

3

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗАЯ ТТК №108	250	13,0	11,5	47,5	405,0	ТТК №108	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Итого за прием пищи:	550	18,0	18,8	113,8	742,3		
Обед							
ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ ТТК №27	100	1,1	0,0	2,3	13,6	ТТК №27	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ТТК №87	250	3,9	4,0	11,6	98,4	ТТК №87	
ГРЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	23,7	36,0	44,7	502,3	ТТК №468	
СОК ФРУКТОВЫЙ (апельсиново-яблочный) №707	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	2004
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:	870	37,5	40,9	143,7	999,5		
Всего за день:		55,5	59,7	257,5	1 741,8		

Зав. производством

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным питанием обучающихся в общеобразовательной школе-интернате 7-11 лет

Ерохина Н.В.

и.о. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"



3	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
		200	10,4	9,2	38,0	324,0	ТТК №108	
	Каша пшеница молочная вязкая ТТК №108	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
	Бутерброд с повидлом ТТК №127	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
	Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	700	15,4	16,5	104,3	661,3		
Итого за прием пищи:								
	Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
		200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Итого за прием пищи:								
Обед								
	Помидор соевый ТТК №27	60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27	
	Суп картофельный ТТК №87	200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87	
	Гречка по-купечески с филе куриным ТТК №468	150	17,8	27,0	33,5	376,7	ТТК №468	2004
	Сок фруктовый (мультифруктовый) №707	200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	
	Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
	Хлеб пеклепанный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
		730	30,0	30,8	129,3	848,8		
Итого за прием пищи:								
Полдник								
	Пирожок печеный с капустой ТТК №138	100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138	
	Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
		300	14,0	14,2	63,6	366,6		
Итого за прием пищи:								
Ужин								
	Котлета рыбная Любительская ТТК №63	90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №63	
	Каша рисовая с овощами ТТК №180	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180	
	Чай с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
	Хлеб пшеничный	60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
		500	20,7	23,2	91,0	587,6		
	Итого за прием пищи:		80,9	85,5	407,2	2 555,5		
Всего за день:								
Зав. производством								

Зав. производством

