

Утверждаю

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

Ерохина Н.В.
ГКОУ
«Михайловская школа-интернат»

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

9 сентября 2025 г.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Суп молочный с макаронными изделиями ТТК №85	250	10,5	10,4	24,7	187,7	ТТК №85		
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127		
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302		
Итого за прием пищи:	550	15,4	17,7	90,8	523,0			
Обед								
Капуста квашеная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3		
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47		
Котлеты рубленные из птицы ТТК №62	90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62		
Каша рисовая с овощами ТТК №180	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180		
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 пеклеванный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7		
Итого за прием пищи:	820	31,0	30,8	130,4	864,6			
Всего за день:		46,4	48,5	221,2	1387,6			

Зав. производством

Утверждаю _____

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

Ерохина Н.В. Ерохина Н.В.

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

9

9 октября 2025



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №85	300	13,1	12,5	29,6	225,2	ТТК №85	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	600	18,0	19,8	95,7	560,5		
Обед							
КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47	
КОТЛЕТЫ РУБЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	14,5	16,2	16,0	258,4	ТТК №62	
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180	180	9,1	14,5	42,8	297,2	ТТК №180	
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 ПЕКАВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	950	35,4	36,1	144,6	996,8		
Всего за день:		53,4	55,9	240,3	1 557,3		

Зав. производством _____

Wm

ЛОВСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ"

«Михайловская»
«Михаил-Интернат»

CT

"Михайловская школа-интернат"

6

Присем пиши, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Суп молочный с макаронными изделиями ТТК №65	250	10,5	10,4	24,7	187,7	ТТК №65	
Бутерброд с повидлом ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
Чай с сахаром ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за присем пиши:	550	15,4	17,7	90,8	523,0		
II Завтрак							
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Итого за присем пиши:	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед							
Капуста квашеная ТТК №3	60	0,9	0,1	5,1	24,4	ТТК №3	
Щи из свежей капусты с картофелем ТТК №47	200	1,6	3,0	8,0	70,4	ТТК №47	
Котлеты рубленные из птицы ТТК №62	90	12,6	14,6	14,4	232,6	ТТК №62	
Каша рисовая с овощами ТТК №180	150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180	
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 пеклепанный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за присем пиши:	820	31,0	30,8	130,4	864,6		
Полдник							
Пирожок печенный с капустой ТТК №138	100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138	
Чай с сахаром и лимоном ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Итого за присем пиши:	300	14,1	14,2	63,8	368,6		
Ужин							
Свежая отварная ТТК №5	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5	
Котлета рубная Любительская ТТК №63	90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №63	
Пюре картофельное ТТК №136	150	4,2	4,3	22,8	144,2	ТТК №136	
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	
Итого за присем пиши:	600	18,3	15,5	86,7	547,8		
Всего за день:		79,6	79,0	390,7	2 395,2		

ав. производством

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

9 November 2025

Федерация «Михайловская школа-интернат»

Прием пищи, наименование блюда

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ ТТК №65	300	13,1	12,5	29,6	225,2	ТТК №65	
БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ ТТК №127	40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	600	18,0	19,8	95,7	560,5		
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Итого за прием пищи:	200	0,8	0,8	19,0	91,2		
Обед							
КАПУСТА КВАШЕНАЯ ТТК №3	100	1,5	0,1	8,5	40,7	ТТК №3	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №47	250	2,0	4,3	10,0	88,0	ТТК №47	
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №62	100	14,5	16,2	16,0	254,4	ТТК №62	
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180	180	9,1	14,5	42,8	297,2	ТТК №180	
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:	950	35,4	36,1	144,6	996,8		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ ТТК №138	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №138	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ ТТК №301	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
Итого за прием пищи:	350	18,5	21,3	88,1	522,9		
Ужин							
СВЕКЛА ОТВАРНАЯ ТТК №5	100	1,1	0,1	8,5	40,7	ТТК №5	
КОТЛЕТКА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63	100	11,2	12,0	12,3	186,2	ТТК №63	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ ТТК №136	180	5,0	5,2	27,4	173,0	ТТК №136	
ЧАЙ С САХАРОМ КАКАДЕ ТТК №241	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	70	5,1	0,4	34,0	160,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	650	22,5	17,7	97,2	618,7		
Всего за день:		95,2	95,7	444,6	2 790,1		

зав. производством