

Утверждаю

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

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

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

10 октября 2025 г.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83	
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	15,4	15,8	83,1	518,1		
Обед							
Орреч соленый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4	
Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205	
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0	353,8	ТТК №67	
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
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 прием пищи:	730	27,8	30,1	115,3	797,7		
Всего за день:		43,2	45,9	198,4	1 315,8		

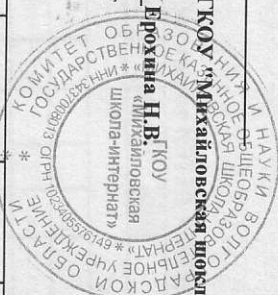
Зав. производством

Утверждаю

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

Ерохина Н.В.

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



10

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ МАННАЯ ТТК №83	250	9,1	11,9	30,8	228,0	ТТК №83	
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:	550	18,0	18,5	88,2	567,4		
Обед							
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ ТТК №205	250	2,3	2,9	16,0	123,8	ТТК №205	
ПШОВ ИЗ ПТИЦЫ ТТК №67	200	21,8	31,5	37,2	471,7	ТТК №67	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53	
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:	870	33,5	35,4	128,4	945,5		
Всего за день:		51,5	53,9	216,6	1 512,8		

ав. производством

Зав. производством

8/8/1911

ская школа-интернат"

опла-интернат

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

10

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Каша молочная жидкая манная ТТК №83	200	6,5	9,2	25,7	178,7	ТТК №83		
Бутерброд с сыром ТТК №380	30/10/10	4,7	5,1	17,1	149,9	ТТК №380		
Чай с сахаром и лимоном ТТК №501	200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №501		
Батон	50	3,9	1,5	25,1	129,5	ТТК № 178		
Итого за прием пищи:	500	15,4	15,8	83,1	518,1			
П Завтрак								
Вулочка Домашняя ТТК №146	50	5,9	7,0	23,1	139,6	ТТК №146		
Сок фруктовый (ананасовый) №707	180	0,5	0,2	20,6	90,8	707		2004
Итого за прием пищи:	230	6,4	7,2	43,7	230,4			
Обед								
Отваренный соевый ТТК №4	60	0,5	0,1	1,0	7,6	ТТК №4		
Суп из овощей ТТК №205	200	1,9	2,6	12,8	99,0	ТТК №205		
Плов из птицы ТТК №67	150	16,8	26,5	28,0	353,8	ТТК №67		
Компот из смеси сухофруктов ТТК №53	200	0,4	0,0	20,4	84,0	ТТК №53		
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:	730	27,8	30,1	115,3	797,7			
Полдник								
Пирожок с яблоками ТТК №140	100	7,1	11,0	45,3	264,9	ТТК №140		
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54		
Итого за прием пищи:	300	7,2	11,0	62,0	334,4			
Ужин								
Запеканка из творога с морковью с соусом молочным ТТК №152	200/50	23,9	22,6	49,6	505,4	ТТК №152		
Чай черный с яблоком ТТК №547	200	0,3	0,1	10,2	43,0	ТТК №547		
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6		
Итого за прием пищи:	500	27,9	23,0	84,1	663,2			
Всего за день:		84,6	87,0	388,2	2 543,7			

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

Ерохина Н.В.

Охтина Н.В.
"Михайловская школа-интернат"
ТКОВ

Прием пищи, наименование блюда

Питательные вещества

пенсентип

[illegible]

Зав. производством