

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 лущеным питанием обучающихся 7-11 лет

14 декабря 2015 г.

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		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 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 фрикадельками 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 пеклеваный	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 _____

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

17 декабря 2025 г.

3

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 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	
РЕЧКА ПО-КУПЕЧЕСКИ С ФИЛЕ КУРИНЫМ ТТК №468	200	23,7	36,0	44,7	502,3	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 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 учащихся 7-11 лет

Ерохина Н.В.

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

В.И.Иван



3	Принем 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	
			40/10/50	4,7	7,3	51,1	277,3	ТТК №127	
			200	0,3	0,0	15,2	60,0	ТТК №301	
			700	15,4	16,5	104,3	661,3		
			II Завтрак						
			200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
			200	0,8	0,8	19,0	91,2		
			Обед						
			60	0,6	0,0	1,4	8,2	ТТК №27	
			200	2,8	2,9	9,3	78,7	ТТК №87	
			150	17,8	27,0	33,5	376,7	ТТК №468	2004
			200	0,6	0,0	32,0	131,9	707	
			50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
			70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
			730	30,0	30,8	129,3	848,8		
			Полдник						
			100	13,8	14,2	48,6	308,6	ТТК №138	
			200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
			300	14,0	14,2	63,6	366,6		
			Ужин						
			90	8,4	10,7	11,2	167,1	ТТК №63	
			150	7,6	12,1	35,6	224,7	ТТК №180	
			200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №241	
			60	4,5	0,4	29,2	137,8	ТТК № 6	
			500	20,7	23,2	91,0	587,6		
				80,9	85,5	407,2	2 555,5		
			Всего за день:						
			Зав. производством						

Зав. производством

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

ГКОУ
«Михайловская»

«Михайловская школа-интернат»

17 января 2025 г.	II
Масса порции	

Прим. пища, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ 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		
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							
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 (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 ПЕКСИВАННЫЙ	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	870	37,5	40,9	143,7	999,5		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЬНЫЙ С КАПУСТОЙ ТТК №138	150	18,2	21,3	72,9	462,9	ТТК №138	
ЧАЙ С САХАРОМ ТТК №302	200	0,2	0,0	15,0	58,0	ТТК №302	
Итого за прием пищи:	350	18,4	21,3	87,9	520,9		
Ужин							
КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ ТТК №63	100	11,2	12,0	12,3	186,2	ТТК №63	
КАША РИСОВАЯ С ОВОЩАМИ ТТК №180	200	10,1	16,1	47,5	330,2	ТТК №180	
ЧАЙ С САХАРОМ КАРКАДЕ 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	
ХЛЕБ ПЕКСИВАННЫЙ	30	1,9	0,3	12,3	39,4	ТТК №7	
Итого за прием пищи:	600	28,5	28,8	121,1	794,6		
Всего за день:		103,2	110,6	485,5	3 148,5		
ав. производством							