

Утверждаю

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

Н.В. Ерохина

Ерохина Н.В.

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

8

добавлено 2025.



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Яйцо вареное вкрутую №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004	
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом ТТК №103	200	8,7	13,7	28,4	220,6	ТТК №103		
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 прием пищи:	524	21,3	21,2	73,0	513,9			
Обед								
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128		
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43		
Тфреши из мяса птицы ТТК №38	90	10,3	16,3	19,5	246,3	ТТК №38		
Макаронные изделия отварные ТТК №129	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129		
Компот из рябуса ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51		
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:	820	28,1	29,5	140,3	926,8			
Всего за день:		49,4	50,7	213,3	1 440,7			

Зав. производством

Н.О. Директора ТКОУ "Михайловская школа-интернат"

МИХАИЛОВСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ
(ТКО)
«Михайловская
школа-интернат»

Именные вестува

Принем пищи, наименование блюда

Пищевые вещества

№ рецеп-туры

Сборник рецептов

Прием пищи, наименование блюда		Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак								
ДИЙЦО ВАРЕННОЕ ВКУТУУО №337		1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
КАШКА ВЯЖКА МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103		250	11,1	16,9	41,0	275,5	ТТК №103	
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	
Итого за прием пищи:		584	24,3	24,4	90,4	591,8		
Обед								
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128		100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43		250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43	
ТЕФЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38		100	10,6	18,1	25,9	273,7	ТТК №38	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129		200	4,7	9,3	34,9	245,7	ТТК №129	
КОМПОТ ИЗ ЯГОМА ТТК №51		200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
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:		970	31,4	34,2	161,2	1 056,2		
Всего за день:			55,7	58,6	251,6	1 650,0		
Зав. проконтролировано								

Утверждаю

В.В.М.

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

Ерохина Н.В.



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

8

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Ябло вареное вкрутую №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом ТТК №103	200	8,7	13,7	28,4	220,6	ТТК №103	
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 прием пищи:	524	21,3	21,2	73,0	513,9		
II Завтрак							
Булочка ТТК №39	50	4,7	7,0	26,2	185,6	ТТК №39	
Молоко кипяченное ТК №697	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697	2004
Итого за прием пищи:	230	9,8	11,4	34,6	279,9		
Обед							
Морковь отварная ТТК №128	60	1,2	0,1	4,0	24,0	ТТК №128	
Суп картофельный с бобовыми (горох) ТТК №43	200	4,4	4,7	16,0	130,4	ТТК №43	
Тефтели из мяса птицы ТТК №38	90	10,3	16,3	19,5	246,3	ТТК №38	
Макаронные изделия отварные ТТК №129	150	3,6	7,4	26,2	184,3	ТТК №129	
Компот из яблок ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
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	28,1	29,5	140,3	926,8		
Полдник							
Пирожок печеный с картофелем ТТК №421	100	12,1	12,4	36,4	300,6	ТТК №421	
Чай черный со смородиной ТТК №548	200	0,26	0,06	9,41	39,02	ТТК №548	
Итого за прием пищи:	300	12,4	12,5	45,8	339,6		
Ужин							
Огурец соленый ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
Жаркое по-деревенски ТТК №48	150	11,0	19,5	17,7	286,6	ТТК №48	
Чай черный с вишней ТТК №549	200	0,3	0,07	10,33	43,34	ТТК №549	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	500	15,8	20,0	54,0	457,4		
Всего за день:		87,3	94,5	347,7	2 517,6		

Зав. производством

Утверждено.

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

Ерохина Н.В.

Ерохина Н.В.

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

2005.1. 2005.1.



18

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ ВКРУТУЮ №337	1шт	7,9	7,1	0,4	97,5	337	2004
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА С МАСЛОМ ТТК №103	250	11,1	16,9	41,0	275,5	ТТК №103	
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:	584	24,3	24,4	90,4	591,8		
II Завтрак							
БУЛОЧКА ТТК №39	50	4,7	7,0	26,2	185,6	ТТК №39	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №697	180	5,1	4,4	8,4	94,3	697	2004
Итого за прием пищи:	230	9,8	11,4	34,6	279,9		
Обед							
МОРКОВЬ ОТВАРНАЯ ТТК №128	100	2,0	0,1	6,7	34,0	ТТК №128	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) ТТК №43	250	5,5	5,7	19,1	163,0	ТТК №43	
ТЕФТЕЛИ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ ТТК №38	100	10,6	18,1	25,9	273,7	ТТК №38	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ ТТК №129	200	4,7	9,3	34,9	245,7	ТТК №129	
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ТТК №51	200	0,4	0,1	21,5	88,5	ТТК №51	
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:	970	31,4	34,2	161,2	1 058,2		
Полдник							
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №41	150	18,2	18,6	54,1	450,9	ТТК №41	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ СО СМОРОДИНОЙ ТТК №548	200	0,3	0,1	9,4	39,0	ТТК №548	
Итого за прием пищи:	350	18,5	18,7	63,5	489,9		
Ужин							
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ТТК №4	100	0,8	0,1	1,7	12,7	ТТК №4	
ЖАРКОЕ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ ТТК №48	200	14,4	29,8	22,9	366,9	ТТК №48	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ С ВИШНЕЙ ТТК №549	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	100	7,4	0,6	48,7	229,7	ТТК №6	
Итого за прием пищи:	600	22,9	30,6	83,6	652,6		
Всего за день:		106,9	119,2	433,3	3 072,4		

Зав. производством