

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

*24 ноября 2025г.*

| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая<br>ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник<br>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      |                     |
| 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                            |              |                     |
| Всего за день:                                                |              | 49,4             | 50,7    | 213,3       | 1440,7                           |              |                     |

Зав. производством \_\_\_\_\_

Н.О. директора ГКОУ "Михайловская школа-интернат"

Ерохина Н.В.

24 November 2025

### Прием пищи, наименование блюда

515



Утверждаю

*М.П.*

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

Ерохина Н.В.

Ежедневное 14-ти дневное меню для обеспечения бесплатным 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                                                       |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Йогурт вареное вкрутую №337                                   | Литр         | 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 кипяченое 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 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 пеклеваемый                                              | 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                                                          |              |                  |         |             |         |                               |              |                  |
| Огулец 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

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

МИХАЙЛОВСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ

all household assets.

| Присем пищу, наименование блюда                              | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|--------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                                                              |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| <b>Завтрак</b>                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ЙОГО 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 КАРАМЕ 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 присем пищи:                                        | 584          | 24,3             | 24,4    | 90,4        | 591,8                         |              |                  |
| <b>II Завтрак</b>                                            |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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 присем пищи:                                        | 230          | 9,8              | 11,4    | 34,6        | 279,9                         |              |                  |
| <b>Обед</b>                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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 ПЕКОВАННЫЙ                                              | 70           | 4,5              | 0,6     | 28,8        | 138,5                         | ТТК №7       |                  |
| Итого за присем пищи:                                        | 970          | 31,4             | 34,2    | 161,2       | 1 058,2                       |              |                  |
| <b>Полдник</b>                                               |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ ТТК №421                       | 150          | 18,2             | 18,6    | 54,1        | 450,9                         | ТТК №421     |                  |
| ЧАЙ ЧЕРНЫЙ СО СМОРОДИНОЙ ТТК №548                            | 200          | 0,3              | 0,1     | 9,4         | 39,0                          | ТТК №548     |                  |
| Итого за присем пищи:                                        | 350          | 18,5             | 18,7    | 63,5        | 489,9                         |              |                  |
| <b>Ужин</b>                                                  |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| 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 присем пищи:                                        | 600          | 22,9             | 30,6    | 83,6        | 652,6                         |              |                  |
| Всего за день:                                               |              | 106,9            | 119,2   | 433,3       | 3 072,4                       |              |                  |

Авт. производством