

Утверждено

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



28 ноября 2025 г.

12		28 ноября 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 овсяная молочная вязкая ТТК №101	200	10,5	9,9	37,8	267,4	ТТК №101					
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					
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338		2011			
Итого за прием пищи:	650	16,3	15,8	89,1	568,5						
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					
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60					
Каша гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132					
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	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:	830	34,3	31,1	128,4	873,2						
Всего за день:		50,6	46,9	217,5	1 441,7						
ав. производством											

Зав. производством

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

ТКОУ "Михайловская школа-интернат"

28 Nov 1985

ОБЛАСТНОЕ
ПРЕЖДЕ
103340103
19.05.002312
КОМИТЕТ
ГОСУДАР

Зав. производством

4/2/88

Ерохина Н.В.

ГКОУ

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

88 Hordbnd 20252



12

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
Каша овсяная молочная вязкая ТТК №101	200	10,5	9,9	37,8	267,4	ТТК №101	
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	
Фрукты свежие (яблоко) №338	200	0,8	0,8	19,0	91,2	338	2011
Итого за прием пищи:	650	16,3	15,8	89,1	568,5		
II Завтрак							
Печенье	50	3,6	5,1	36,1	202,2	ТТК № 473	
Напиток лимонный ТТК №54	200	0,1	0,0	16,7	69,5	ТТК №54	
Итого за прием пищи:	250	3,7	5,1	52,8	271,7		
Обед							
Капустя кашеная 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	
Фрикадельки мясные в соусе ТТК №60	90/30	16,5	19,5	17,4	298,5	ТТК №60	
Капша гречневая вязкая (гарнир) ТТК №132	150	6,2	7,4	27,1	146,3	ТТК №132	2004
Сок фруктовый (яблочный) №707	180	0,9	0,2	17,7	80,3	707	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Хлеб нежелезанный	70	4,5	0,6	28,8	138,5	ТТК № 7	
Итого за прием пищи:	830	34,3	31,1	128,4	873,2		
Полдник							
Пирожок с морковью печеный ТТК №145	100	15,1	10,6	45,6	319,5	ТТК №145	
Чай черный с вишней ТТК №549	200	0,3	0,1	10,3	43,3	ТТК №549	
Итого за прием пищи:	300	15,4	10,7	55,9	362,8		
Ужин							
Дашеники с творогом с соусом молочным (сливкам) ТТК №154	200/50	16,9	16,0	46,5	364,2	ТТК №154	
Чай с сахаром каркаде ТТК №241	200	0,2	0,0	13,0	58,0	ТТК №241	
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	ТТК № 6	
Итого за прием пищи:	500	20,8	16,3	85,8	537,0		
Всего за день:		90,5	79,0	412,0	2 613,2		

Зав. производством

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

Ерохина Н.В.

**Михайловская школа-интернат
ИПБ**

28 March 2025

12

Зав. производством