

3 октября 2025 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /Крошка О.С./**Меню для обучающихся (7-11 лет)**

Сборник рецептов	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2008	210	Макароны с сыром	150	7,10	13,90	27,10	281,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	4	Бутерброд с яйцом варёным	50	6,30	4,10	14,50	117,50
УСП	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		<i>итого:</i>	600,00	16,50	19,00	90,20	617,00
		Обед					
2012	29	Салат "здоровье"	60	1,50	5,18	7,18	80,10
УСП	104	Бульон с гречками, птицей и зеленью петрушки	200/20/20/1	8,00	1,60	16,40	112,70
2008	307/371	Птица отварная. Соус	90/50	16,7	20,70	6,50	197,00
2008	324	Каша вязкая (рис)	150	2,20	4,40	25,50	150,00
2008	442	Сок фруктовый	200	1	0,30	20,20	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00
2008	477	Булочка молочная	50	4,3	0,90	25,90	130,00
		<i>итого:</i>	881	36,90	34,78	122,08	847,80
		Ужин					
2012	276	Жаркое по- домашнему	200	23,30	23,30	22,50	288,00
УСП	181	Напиток лимонный	200	0,11	-	7,30	32,30
УСП	056	Хлеб рж.-пш. обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	420	25,0	24,1	40,0	366,3
		ИТОГО		78,40	77,78	251,90	1831,10

3 октября 2025 г.



Утверждаю

Директор *Крошк О.С.* /Крошк О.С./**Меню для обучающихся (12-18 лет)**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2008	210	Макароны с сыром	200	9,40	21,20	36,10	375,00
УСП	4	Бутерброд с яйцом варёным	50	6,30	4,10	14,50	117,50
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	010	Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		<i>итого:</i>	<i>650</i>	<i>16,6</i>	<i>26,1</i>	<i>76,8</i>	<i>607,0</i>
		Обед					
2012	29	Салат "здоровье"	100	2,50	8,60	11,90	133,60
УСП	104	Бульон с гренками, птицей и зеленью петрушки	271	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307/371	Птица отварная. Соус	100/50	18,6	14,20	3,60	234,00
2008	324	Каша вязкая (рис)	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб рж.-пш. обогащ.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
2008	477	Булочка молочная	50	4,3	0,90	25,90	130,00
		<i>итого:</i>	<i>951</i>	<i>42,76</i>	<i>32,73</i>	<i>145,20</i>	<i>1013,60</i>
		Ужин					
2012	276	Жаркое по- домашнему	200	23,30	23,30	22,50	288,00
УСП	181	Напиток лимонный	200	0,11	-	7,30	32,30
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	<i>420</i>	<i>25,01</i>	<i>24,10</i>	<i>40,00</i>	<i>366,30</i>
		ИТОГО		84,37	82,93	262,00	1986,90