



3 декабря 2025 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
УСП	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		<i>итого:</i>	660,00	16,60	12,20	93,90	549,50
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	60	0,50	0,10	1,50	8,40
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	200/10/10	6,50	9,40	10,10	151,00
2008	315	Биточки рубленые из птицы	90	15,7	8,50	11,00	184,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Макароны отварные	150	5,50	4,80	31,30	191,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00
		<i>итого:</i>	810	32,80	27,20	97,30	749,40
		Ужин					
УСП	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	100	1,30	3,00	8,10	65,30
УСП	048	Компот из св. яблок	200	0,10	0,10	8,60	35,90
		<i>итого:</i>	420	16,7	18,1	46,2	415,2
		ИТОГО		66,10	57,50	237,40	1 714,50



3 декабря 2025 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
УСП	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	660,00	16,60	12,20	93,90	549,50
Обед							
УСП	103	Свежий огурец	100	0,80	0,10	2,20	13,00
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	270	7,48	11,30	13,55	185,70
2008	315	Биточки из птицы	100	17,4	10,80	11,00	204,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Макароны отварные	180	6,60	5,70	38,00	230,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		итого:	950,00	37,98	32,40	121,35	869,70
Ужин							
УСП	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	100	1,30	3,00	8,10	65,30
УСП	048	Компот из св. яблок	200	0,10	0,10	8,60	35,90
		итого:	420,00	16,70	18,10	46,20	415,20
		ИТОГО		71,28	62,70	261,45	1 834,40