

5 февраля 2026 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2008	214/1	Омлет натуральный. Кукуруза консервированная	170	18,10	17,00	18,00	268,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	3	Бутерброд с ветчиной	50	7,00	10,50	10,00	165,70
УСП	010	Яблоко свежее	180	0,70	0,60	17,80	79,20
		итого:	600,00	27,40	29,20	54,50	563,80
Обед							
2008	40	Салат из квашеной капусты	60	0,96	3,10	4,60	50,00
2012	82	Суп картофельный с вермишелью, мясом и зеленью	211	4,20	5,20	6,60	118,00
2012	278	Бефстроганов из отварного мяса	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	335	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,3	1,80	23,60	114,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
		итого:	801,00	31,06	30,80	93,30	795,60
Ужин							
2008	254/364	Сосиски отварные. Соус	100/20	11,2	24,00	1,6	241
2008	324	Рис припущенный	150	3,70	4,60	38,50	209,00
УСП	099	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
УСП	018	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,6	0,80	10,20	46,00
		итого:	520,00	19,30	32,50	80,20	643,70
		ИТОГО		77,76	92,50	228,00	2 003,10

5 февраля 2026 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (12-18 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	203,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	3	Бутерброд с ветчиной	50	7	10,5	10	165,7
УСП	010	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		итого:	650,00	14,80	15,30	67,20	483,20
		Обед					
2008	40	Салат из квашеной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
2012	82	Суп картофельный с вермишелью, мясом и зеленью	261	5,25	6,40	8,25	147,00
2012	278	Бефстроганов из отварного мяса	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	335	Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,30	169,20
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	018	Печенье витаминизированное	40	2,30	2,90	22,30	125,10
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
		итого:	961,00	35,65	38,00	124,35	1010,90
		Ужин					
2008	254/364	Сосиски отварные. Соус	100/20	11,2	24	1,6	241
2008	324	Рис припущенный	150	3,70	4,60	38,50	209,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,3	1,80	23,60	114,00
УСП	099	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
		итого:	550,00	19,70	30,60	76,90	617,90
		ИТОГО		70,15	84,00	268,55	2 111,80