

6 марта 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/20	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	-	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		<i>итого:</i>	617	27,80	27,50	73,40	578,30
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
УСП	104	Бульон с гречками, курой и зеленью петрушки	200/20/20/1	8,00	1,60	16,40	112,70
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным и овощами	100/50	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
УСП	95	Компот из смеси сухофруктов	200	-	0,10	6,80	27,10
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
		<i>итого:</i>	846	25,60	22,10	98,90	760,20
		Ужин					
УСП	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	150	1,95	4,50	12,10	97,90
2012	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,6	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	490	18,95	20,30	58,40	484,40
		ИТОГО		72,35	69,81	230,80	1 822,90

6 марта 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	170	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	-	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	597,00	28,10	30,90	76,40	622,30
Обед							
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
УСП	104	Бульон с гречками, курой и зеленью петрушки	271	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным и овощами	150	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
УСП	95	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,10	6,80	27,10
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
		итого:	951	28,8	26,3	106,4	846,7
Ужин							
УСП	10н	"Школьный бургер"	120	15,30	15,00	29,50	314,00
2008	342	Морковь, тушённая в сметанном соусе	150	1,95	4,50	12,10	97,90
2012	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		итого:	520	21,7	21,3	71,8	552,4
ИТОГО				78,41	78,64	254,30	2 021,40