

7 ноября 2025 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	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
		итого:	600,00	16,50	19,00	90,20	617,00
		Обед					
2022	к/к	Салат из капусты кольраби с морковью	60	1,00	3,10	4,10	48,00
УСП	104	Бульон с гренками, 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.	50	4,3	1,80	23,60	114,00
		итого:	881	33,20	31,90	96,30	707,70
		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
		итого:	420	25,0	24,1	40,0	366,3
		ИТОГО		78,40	77,78	251,90	1831,10

7 ноября 2025 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ технол. 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	60	6,90	4,90	17,40	141,10
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	010	Яблоко	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		итого:	660	17,2	26,9	79,7	630,6
		Обед					
2022	к/к	Салат из капусты кольраби с морковью	100	1,60	5,10	6,80	80,00
УСП	104	Бульон с гречками, птицей и зеленью петрушки	271	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307/371	Птица отварная. Соус	100	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
		итого:	901	37,56	28,33	114,20	830,00
		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
		итого:	420	25,01	24,10	40,00	366,30
		ИТОГО		79,77	79,33	233,90	1826,90