

8 октября 2026 г.

Утверждаю

Директор *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
2020	10	Сливы	150	1,20	0,50	14,40	73,50
		итого:	570	27,90	29,10	51,10	558,10
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
2020	229/364	Рыба (филе) припущенная. соус	100	9,70	2,80	3,20	77,00
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
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,2	0,50	21,30	102,00
2022	122	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
2022	1	Батон обогащ.	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		итого:	831	26,76	21,00	107,90	746,40
Ужин							
2008	254	Сосиски отварные	100	11,2	24,40	0,4	266
2016	548	Ризотто с овощами	150	3,17	12,06	31,67	226,00
2022	99	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,3	0,20	8,50	40,80
		итого:	470	16,17	36,86	53,77	586,70
		ИТОГО	1871	70,83	86,96	212,77	1 891,20

8 октября 2026 г.



Утверждаю

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

Сборник рецептов	№ технол. карты	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	10,5	10	165,7
2020	10	Сливы	150	1,20	0,50	14,40	73,50
		итого:	570,00	27,90	29,10	51,10	558,10
		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
2020	229/364	Рыба (филе)припущенная.соус	100	9,70	2,80	3,20	77,00
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
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
2022	1	Батон обогащ.	30	2,3	0,9	15,4	78,6
2020	122	Печенье витаминизированное	40	2,3	2,9	22,3	125,1
		итого:	961,00	29,05	25,30	122,25	867,90
		Ужин					
2008	254	Сосиски отварные	100	11,2	24,4	0,4	266
2016	548	Ризотто с овощами	150	3,17	12,06	31,67	226,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,2	0,50	21,30	102,00
2020	99	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
		итого:	500,00	18,07	37,16	66,57	647,90
		ИТОГО		75,02	91,56	239,92	2073,90