

9 сентября 2025 г.

Утверждаю

Директор *Крошка* /Крошка О.С./**Меню для обучающихся (7-11 лет)**

Сборник рецептов	№ техн. 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
2003	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Мандарин свежий	150	1,20	0,30	11,20	57,00
		<i>итого:</i>	567	28,70	23,70	78,80	567,90
		Обед					
2003	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2012	81	Суп картофельный с горохом, говядиной и гречками	200/10/20	5,99	4,50	23,30	156,60
2012	277	Гуляш из отварного мяса	100	17,40	17,10	3,50	237,00
2003	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
2003	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,30	20,20	86,00
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>	810	32,39	34,90	109,70	862,00
		Ужин					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	50	0,65	0,08	2,40	12,80
2008	292/366	Фрикадельки в соусе	90	13,60	14,60	8,50	225,00
2008	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
2008	434	Молоко	200	6,10	5,30	10,10	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
УСП	122	Вафли	30	2,30	2,90	16,70	93,80
		<i>итого:</i>	540	27,2	28,4	71,4	638,6
		ИТОГО		88,24	86,98	259,90	2 068,50

9 сентября 2025 г.

Директор *Крошка* /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					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	170	24,80	17,10	44,00	350,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Свежий мандарин	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		<i>итого:</i>	597	28,9	23,81	80,7	579,3
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	100	0,80	0,10	2,20	13,00
2012	81	Суп картофельный с горохом, говядиной и гречками	270	7,35	4,80	25,20	169,20
2012	277	Гуляш из отварного мяса	100	17,40	17,10	3,50	237,00
2003	324	Каша гречневая вязкая	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2003	442	Сок яблочный	200	1,00	0,30	20,20	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
УСП	122	Вафли	30	2,30	2,90	16,70	93,80
		<i>итого:</i>	960	38,0	33,1	137,4	971,6
		Ужин					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	50	0,65	0,08	2,40	12,80
2008	292/366	Фрикадельки в соусе	100	14,60	14,80	7,60	226,00
2008	333	Картофель отварной	180	3,50	5,60	28,20	177,60
2008	434	Молоко	200	6,10	5,30	10,10	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		<i>итого:</i>	580	29,2	27,6	71,9	643,4
		ИТОГО		99,20	84,49	290,00	2 194,30