



Утверждаю

Директор

Крошка О.С./

9 октября 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ техн. 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	0,01	6,70	27,90
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
2022	6	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,50	68,40
		<i>итого:</i>	587	27,80	27,51	73,50	578,30
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2022	48	Бульон с птицей и гречками	200/15/20	8,00	1,60	16,40	112,70
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным с овощами	100	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	0,10	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	2,6	0,40	17,00	81,60
2022	1	Батон обогащ.	30	2,3	0,9	15,4	78,6
		<i>итого:</i>	815	25,10	20,90	95,50	749,80
		Ужин					
2022	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
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,3	0,20	8,50	40,80
		<i>итого:</i>	490	18,7	19,7	56,7	479,2
		ИТОГО		71,55	68,11	225,70	1 807,30

9 октября 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карт	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
2022	6	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,50	68,40
		итого:	597,00	28,10	30,90	76,50	622,30
Обед							
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
2022	48	Бульон с птицей и гречками	285	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным с овощами	100	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,20	247,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
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
		итого:	945	28,4	26,1	111,6	875,7
Ужин							
2022	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
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		итого:	520	20,6	20,0	69,5	540,4
ИТОГО				77,10	77,04	257,60	2 038,40