



Утверждаю

Директор

Г.В.Семка

Крошка О.С.

14 января 2026 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
УСП	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		<i>итого:</i>	<i>660,00</i>	<i>16,60</i>	<i>12,20</i>	<i>93,90</i>	<i>549,50</i>
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	60	0,50	0,10	1,50	8,40
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	200/10/10	6,50	9,40	10,10	151,00
2008	315	Биточки рубленые из птицы	90	15,7	8,50	11,00	184,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Макароны отварные	150	5,50	4,80	31,30	191,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00
		<i>итого:</i>	<i>810</i>	<i>32,80</i>	<i>27,20</i>	<i>97,30</i>	<i>749,40</i>
		Ужин					
2020	54-11	Плов из отварного мяса	200	15,30	14,70	38,60	348,30
УСП	048	Компот из св. яблок	200	0,1	0,1	8,6	35,9
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,20	1,70	20,40	92,00
		<i>итого:</i>	<i>40</i>	<i>3,2</i>	<i>1,7</i>	<i>20,4</i>	<i>92,0</i>
		ИТОГО		66,10	57,50	237,40	1 714,50



Утверждаю

Директор

Крошка О.С.

14 января 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
2008	12	Горячий бутерброд с варёной колбасой и сыром	60	6,60	7,20	14,30	148,00
УСП	040	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		<i>итого:</i>	<i>660,00</i>	<i>16,60</i>	<i>12,20</i>	<i>93,90</i>	<i>549,50</i>
Обед							
УСП	103	Свежий огурец	100	0,80	0,10	2,20	13,00
2012	57	Борщ с капустой, картофелем, птицей и сметаной	270	7,48	11,30	13,55	185,70
2008	315	Биточки из птицы	100	17,4	10,80	11,00	204,00
2008	364	Соус томатный	50	0,6	2,50	3,20	37,00
2008	331	Макароны отварные	180	6,60	5,70	38,00	230,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		<i>итого:</i>	<i>950,00</i>	<i>37,98</i>	<i>32,40</i>	<i>121,35</i>	<i>869,70</i>
Ужин							
2020	54-11	Плов из отварного мяса	200	15,30	14,70	38,60	348,30
УСП	048	Компот из св. яблок	200	0,10	0,10	8,60	35,90
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		<i>итого:</i>	<i>450,00</i>	<i>19,70</i>	<i>16,60</i>	<i>70,80</i>	<i>498,20</i>
ИТОГО							
				74,28	61,20	286,05	1 917,40