

16 апреля 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					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/20	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
УСП	010	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	66,30
		<i>итого:</i>	<i>550,00</i>	<i>28,30</i>	<i>28,80</i>	<i>76,70</i>	<i>599,20</i>
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	60	0,5	0,1	1,5	8,5
2011	99	Суп из овощей с мясом и зеленью	211	7,90	6,90	8,80	132,90
2012	229/364	Рыба (филе) припущенная. Соус ("А"-мясо отварное)	100/50	18,80	3,10	3,20	113,00
2008	335	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	018	Печенье витаминизированное	40	2,30	2,90	22,30	125,10
		<i>итого:</i>	<i>851,00</i>	<i>37,70</i>	<i>20,40</i>	<i>99,50</i>	<i>720,50</i>
		Ужин					
2008	254	Сосиски отварные	100	11,20	24,40	0,40	266,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
УСП	099	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
УСП	060	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		<i>итого:</i>	<i>595,00</i>	<i>19,00</i>	<i>32,90</i>	<i>54,90</i>	<i>586,50</i>
		ИТОГО		85,00	82,10	231,10	1 906,20

16 апреля 2026 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ 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	24,30	350,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2014	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
УСП	010	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		итого:	610	28,8	32,4	64,6	664,9
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	100	0,8	0,18	2,2	13
2011	99	Суп из овощей с мясом и зеленью	261	9,70	8,26	10,90	163,18
2012	229/364	Рыба (филе)припущенная. Соус ("А"-мясо отварное)	100/50	18,80	3,10	3,20	113,00
2008	335	Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,30	169,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	018	Печенье витаминизированное	40	2,30	2,90	22,30	125,10
		итого:	981	40,4	22,9	106,3	783,3
		Ужин					
2008	254	Сосиски отварные	100	11,20	24,40	0,40	266,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	180	2,60	5,30	30,60	180,00
УСП	099	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
УСП	060	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
УСП	056	Хлеб рж.-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
		итого:	655	22,1	34,6	73,4	684,5
		ИТОГО		91,30	89,94	244,30	2 132,68