

16 сентября 2025 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.*

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептов	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен.
		Завтрак					
201	235	Пудинг из творога(запечённый)	150	22,70	16,10	27,10	382,00
202	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
2012	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
2014	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,20	57,00
		<i>итого:</i>	<i>540</i>	<i>29,80</i>	<i>26,10</i>	<i>77,20</i>	<i>705,40</i>
		Обед					
2008	22	Салат из свежих помидоров	60	0,60	6,20	2,00	65,00
2012	76	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	220	5,57	5,97	16,28	126,45
202	54-11м	Плов из отварного мяса	200	15,30	14,70	38,60	348,30
2003	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	018	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
УСП	056	Хлеб рж.- пшен. обогащ.	40	3,20	1,70	20,40	92,00
		<i>итого:</i>	<i>750</i>	<i>27,77</i>	<i>31,67</i>	<i>123,78</i>	<i>811,55</i>
		Ужин					
2003	254/364	Сосиски отварные.Соус	100/20	11,20	24,00	1,60	241,00
2003	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
2003	434	Молоко	200	6	5,30	10,10	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	<i>490</i>	<i>21,70</i>	<i>34,80</i>	<i>45,40</i>	<i>548,00</i>
		ИТОГО		79,57	92,57	246,38	2 064,95

16 сентября 2025 г.



Утверждаю

Директор

Крошкa O.C./

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
201	235	Пудинг из творога	180	27,00	19,30	32,50	458,40
202	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
201	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
201	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Мандарины свежие	150	1,20	0,30	11,20	57,00
		<i>итого:</i>	600	34,30	29,40	84,80	793,20
		Обед					
УСП	14	Свежий помидор	100	1,10	0,20	3,80	24,00
2012	76	Рассольник ленинградский с говядиной и сметаной	250/10/10	6,84	7,33	19,98	155,20
2020	54-11м	Плов из отварного мяса	250	19,10	18,30	48,00	435,40
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогаш.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
УСП	018	Печенье витаминизированное	40	2,30	2,90	22,30	125,10
		<i>итого:</i>	910	34,44	30,53	147,48	939,70
		Ужин					
2008	254/364	Сосиски отварные. Соус	100/20	11,20	24,00	1,60	241,00
2008	333	Картофель отварной	180	3,50	5,60	28,20	178,00
2008	434	Молоко	200	6	5,30	10,10	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогаш.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
		<i>итого:</i>	550	25,00	36,50	63,50	646,00
		ИТОГО		94,08	93,00	295,78	2 378,90