

20 марта 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	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
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		<i>итого:</i>	617	27,80	27,50	73,40	578,30
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
УСП	104	Бульон с гречками, курой и зеленью петрушки	200/20/20/1	8,00	1,60	16,40	112,70
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным и овощами	100/50	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
УСП	95	Компот из смеси сухофруктов	200	-	0,10	6,80	27,10
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>	846	25,60	22,10	98,90	760,20
		Ужин					
УСП	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
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,6	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	490	18,95	20,30	58,40	484,40
		ИТОГО		72,35	69,90	230,70	1 822,90

20 марта 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	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
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	597,00	28,10	30,90	76,40	622,30
Обед							
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
УСП	104	Бульон с гречками, курой и зеленью петрушки	271	9,66	1,93	19,80	136,00
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным и овощами	150	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,60	4,60	37,70	206,00
УСП	95	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
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
		итого:	951	28,7	26,4	106,4	846,7
Ужин							
УСП	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
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		итого:	520	21,7	21,3	71,8	552,4
		ИТОГО		78,41	78,63	254,60	2 021,40