

20 октября 2025 г.

# **Меню для обучающихся (7-11 лет)**

| Сборник рецептов | № техн. карт | Наименование блюд                               | Выход       | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энерг. цен. |
|------------------|--------------|-------------------------------------------------|-------------|----------|---------|-------------|-------------|
|                  |              | <b>Завтрак</b>                                  |             |          |         |             |             |
| 2003             | 189          | Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным        | 200/5       | 7,50     | 8,50    | 33,00       | 238,00      |
| 2020             | 54-4         | Чай с молоком                                   | 200         | 1,60     | 1,10    | 8,70        | 50,90       |
| 2003             | 3            | Бутерброд с сыром                               | 50          | 6,40     | 12,40   | 10,50       | 187,00      |
| УСП              | 010          | Яблоко свежее                                   | 150         | 0,60     | 0,60    | 14,70       | 66,30       |
|                  |              | <b>итого:</b>                                   | 605         | 16,10    | 22,60   | 66,90       | 542,20      |
|                  |              | <b>Обед</b>                                     |             |          |         |             |             |
| УСП              | 14           | Свежий помидор                                  | 60          | 0,72     | 0,16    | 2,30        | 14,40       |
| 2022             | 85           | Суп картофельный с клецками, говяжьей и зеленью | 200/10/10/1 | 5        | 7,70    | 11,00       | 179,00      |
| 2008             | 315          | Биточки рубленные из птицы                      | 90          | 15,7     | 8,50    | 11,00       | 184,00      |
| 2008             | 331          | Вермишель отварная                              | 150         | 5,50     | 4,80    | 31,00       | 191,00      |
| 2008             | 442          | Сок фруктовый                                   | 200         | 1        | 0,20    | 29,80       | 86,00       |
| УСП              | 056          | Хлеб ржано-пшеничный обогащ.                    | 40          | 3,2      | 1,70    | 20,40       | 92,00       |
| УСП              | 004          | Батон обогащ.                                   | 30          | 2,20     | 0,80    | 15,60       | 78,60       |
|                  |              | <b>итого:</b>                                   | 791         | 33,32    | 23,86   | 121,10      | 825,00      |
|                  |              | <b>Ужин</b>                                     |             |          |         |             |             |
| 2008             | 454          | Пицца "школьная"                                | 150         | 12,90    | 13,00   | 49,00       | 367,00      |
| 2008             | 351          | Овощное рагу                                    | 100         | 3,40     | 6,70    | 13,10       | 128,00      |
| УСП              | 95           | Компот из смеси сухофруктов                     | 200         | -        | 0,10    | 6,80        | 27,10       |
| 2008             | 435          | Ацидобифилин                                    | 150         | 4,10     | 1,50    | 6,00        | 60,00       |
|                  |              | <b>итого:</b>                                   | 600         | 20,40    | 21,30   | 74,90       | 582,10      |
|                  |              | <b>ИТОГО</b>                                    |             | 69,82    | 67,76   | 262,90      | 1949,30     |

Утверждаю *Кривошапко* Директор /Кривошапка О.С./

20 октября 2025 г.

**Меню для обучающихся (12-18 лет)**

| Сборник рецептов | № техн. карт | Наименование блюд                                | Выход       | Белки, г     | Жиры, г      | Углеводы, г   | Энерг. цен.    |
|------------------|--------------|--------------------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|                  |              | <b>Завтрак</b>                                   |             |              |              |               |                |
| 2008             | 189          | Каша пшённая жидкая с маслом сливочным           | 150         | 5,40         | 6,70         | 23,60         | 176,10         |
| 2020             | 54-4         | Чай с молоком                                    | 200         | 1,60         | 1,10         | 8,70          | 50,90          |
| 2008             | 3            | Бутерброд с сыром                                | 60          | 7,70         | 14,90        | 12,70         | 225,00         |
| УСП              | 010          | Яблоко                                           | 200         | 0,80         | 0,80         | 19,60         | 88,00          |
|                  |              | <i>итого:</i>                                    | <b>610</b>  | <b>15,5</b>  | <b>23,5</b>  | <b>64,6</b>   | <b>540,0</b>   |
|                  |              | <b>Обед</b>                                      |             |              |              |               |                |
| УСП              | 14           | Свежий помидор                                   | 100         | 1,10         | 0,20         | 3,80          | 24,00          |
| 2008             | 85           | Суп картофельный с клёцками, говядиной и зеленью | 250/10/10/1 | 6,2          | 9,50         | 13,60         | 221,70         |
| 2008             | 315          | Биточки из птицы                                 | 100         | 17,4         | 10,80        | 11,00         | 204,00         |
| 2008             | 331          | Вермишель отварная                               | 180         | 6,60         | 5,70         | 38,00         | 230,00         |
| 2008             | 442          | Сок фруктовый                                    | 200         | 1            | 0,20         | 29,80         | 86,00          |
| УСП              | 056          | Хлеб ржано-пшеничный обогащ.                     | 50          | 4,3          | 1,80         | 23,60         | 114,00         |
| УСП              | 004          | Батон обогащ.                                    | 30          | 2,20         | 0,80         | 15,60         | 78,60          |
|                  |              | <i>итого:</i>                                    | <b>931</b>  | <b>38,80</b> | <b>29,00</b> | <b>135,40</b> | <b>958,30</b>  |
|                  |              | <b>Ужин</b>                                      |             |              |              |               |                |
| 2008             | 454          | Пицца "школьная"                                 | 150         | 12,90        | 13,00        | 49,00         | 367,00         |
| 2008             | 351          | Овощное рагу                                     | 100         | 3,40         | 6,70         | 13,10         | 128,00         |
| УСП              | 95           | Компот из смеси сухофруктов                      | 200         | 0,10         | 0,10         | 6,80          | 27,10          |
| 2008             | 435          | Ацидобифилин                                     | 200         | 5,40         | 2,00         | 8,00          | 80,00          |
|                  |              | <i>итого:</i>                                    | <b>650</b>  | <b>21,80</b> | <b>21,80</b> | <b>76,90</b>  | <b>602,10</b>  |
|                  |              | <b>ИТОГО</b>                                     |             | <b>76,10</b> | <b>74,30</b> | <b>276,90</b> | <b>2100,40</b> |