

21 октября 2025 г.

Утверждаю

Директор *Крошкя* /Крошкя О.С./**Меню для обучающихся (7-11 лет)**

Сборник рецептов	№ техн. 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
2003	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Мандарин свежий	150	1,20	0,30	11,20	57,00
		итого:	540	29,80	26,10	77,20	705,40
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
202	81	Суп картофельный с горохом, говядиной и гречками	200/10/20	5,99	4,50	23,30	156,60
202	277	Гуляш из отварного мяса	100	17,40	17,10	3,50	237,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,30	20,20	86,00
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
		итого:	810	32,39	34,90	109,70	862,00
		Ужин					
УСП	14	Солёный огурец	60	0,48	0,06	1,02	7,80
2022	39	Картофельная запеканка с мясом и сметанным соусом	210	10,50	15,10	35,10	346,90
УСП	102	Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	16,20	82,20
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
УСП	122	Вафли	30	2,30	2,90	16,70	93,80
		итого:	520	15,6	19,2	79,2	576,7
		ИТОГО		77,77	80,16	266,12	2 144,10

21 октября 2025 г.

Утверждаю

Директор *Крошка О.С.***Меню для обучающихся (12-18 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
2003	1	Бутерброд с маслом	40	2,40	6,30	16,60	133,00
УСП	052	Свежий мандарин	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	570	30,0	26,20	79,4	716,8
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	100	0,80	0,10	2,20	13,00
202	81	Суп картофельный с горохом, говядиной и гречками	270	7,35	4,80	25,20	169,20
202	277	Гуляш из отварного мяса	100	17,40	17,10	3,50	237,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2008	442	Сок яблочный	200	1,00	0,30	20,20	86,00
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
УСП	122	Вафли	30	2,30	2,90	16,70	93,80
		итого:	960	38,0	33,1	137,4	971,6
		Ужин					
УСП	14	Солёный огурец	100	0,80	0,10	1,70	13,00
2022	39	Картофельная запеканка с мясом и сметанным соусом	210	10,50	15,50	35,10	346,90
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
		итого:	560	15,7	17,4	67,0	500,4
		ИТОГО		99,20	76,70	283,80	2 188,80