

22 октября 2025 г.

Утверждаю

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

Сборник рецептов	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2003	444	Оладьи с вареньем	170	9,90	8,30	55,80	334,40
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	060	Йогурт	125	3,50	3,10	5,60	70,60
УСП	096	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	695	16,50	12,40	110,00	623,50
		Обед					
УСП	14	Свежий помидор	60	0,72	0,16	2,30	14,40
323	65	Свекольник с птицей и сметаной	200/20/10	8,00	10,50	14,50	171,60
2012	54-5м	Котлеты из птицы .Соус	90/50	17,40	15,70	14,40	191,50
2008	324	Каша вязкая (рис)	150	2,20	4,40	25,50	150,00
УСП	044	Компот из кураги	200	0,4	0,10	28,00	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,2	1,70	20,40	92,00
		итого:	820	31,92	32,56	105,10	732,50
		Ужин					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	50	0,65	0,08	2,40	12,80
2008	257	Мясо тушёное	100	15,50	16,50	2,80	220,00
2008	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
ч	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
		итого:	520	20,75	22,08	45,50	453,30
		ИТОГО		70,07	67,24	274,20	1 868,80

22 октября 2025 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ техн. карт	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2008	444	Оладьи с вареньем	175/25	13,60	12,60	85,30	509,00
2012	392	Чай с сахаром	200	0,10	-	6,60	26,50
УСП	060	Йогурт	125	3,50	3,10	5,60	70,60
УСП	096	Банан свежий	200	3,00	1,00	42,00	192,00
		итого:	725	20,20	16,70	139,50	798,10
Обед							
УСП	14	Свежий помидор	100	1,10	0,20	3,80	24,00
2003	65	Свекольник с птицей и сметаной	250/20/10	9,10	10,60	17,65	209,80
2012	54-5м/364	Котлеты из птицы	100	18,60	14,20	12,50	171,10
2008	364	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00
2008	324	Каша вязкая (рис)	180	2,60	5,30	30,60	180,00
УСП	044	Компот из кураги	200	0,4	0,1	28	113
УСП	056	обогащ.	50	4,3	1,80	23,60	114,00
		итого:	960	37,3	34,5	121,2	821,9
Ужин							
2010	54-4	Перец болгарский в нарезке	50	0,65	0,08	2,40	12,80
2008	257	Мясо тушёное	100	15,50	16,50	2,80	220,00
2008	333	Картофель отварной	180	3,50	5,60	28,20	177,60
2012	392	Чай с сахаром	200	0,1	0,00	6,60	26,50
УСП	056	обогащ.	50	4,3	1,80	23,60	114,00
		итого:	580	24,1	24,0	63,6	550,9
		ИТОГО		87,50	95,40	327,70	2 257,40