



Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

26 сентября 2025 г.

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2003	214/1	Омлет натуральный.					
		Кукуруза консервированная	110/60	18,10	17,50	14,00	268,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	-	6,70	27,90
2003	3	Бутерброд с сыром	50	6,40	12,40	10,50	187,00
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	617	26,20	30,30	44,60	551,30
		Обед					
УСП	103	Свежий огурец	60	0,50	0,10	1,50	8,50
2011	99	Суп из овощей с птицей и сметаной, зеленью	200/10/5/1	7,90	6,90	8,80	132,90
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
		итого:	846	25,60	21,40	91,40	727,10
		Ужин					
2012	282	Котлета мясная рубленая	90	16,00	16,00	13,10	133,70
2008	324	Каша вязкая (рис)	150	2,20	4,40	25,50	150,00
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
УСП	018	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
		итого:	490,00	22,20	24,10	72,10	609,90
		ИТОГО		80,00	81,01	211,70	1 814,80



Утверждаю

Директор *Крошк* /Крошка О.С./

26 сентября 2025 г.

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2022	к/к	Кукурузные хлопья с молоком	200	6,90	4,00	31,00	183,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	-	6,70	27,90
2008	3	Бутерброд с сыром	60	7,7	14,9	12,7	225
УСП	052	Мандарин свежий	180	1,40	0,40	13,40	68,40
		итого:	617,00	16,30	19,30	63,80	504,30
Обед							
УСП	103	Свежий огурец	100	0,80	0,10	2,20	13,00
2011	99	Суп из овощей с птицей и сметаной, зеленью	271	9,70	8,26	10,90	163,18
2008	307	Филе птицы отварное с соусом томатным и овощами	150	8,2	7,20	0,80	182,00
2008	323	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,20	247,00
УСП	95	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,10	6,80	27,10
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,2	0,8	15,4	78,6
УСП	018	Печенье витаминизированное	40	2,30	2,90	22,30	125,10
		итого:	1021	31,9	26,5	127,2	950,0
Ужин							
2012	282	Котлета мясная рубленая	100	17,80	17,80	14,50	148,50
2008	324	Каша вязкая (рис)	180	2,60	5,30	30,60	180,00
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:	530	24,8	24,9	75,3	469,0
		ИТОГО		72,90	70,77	266,30	1 923,28