

28 сентября 2026 г.

Утверждаю

Директор /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (7-11 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен.
		Завтрак					
2008	189	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	205	7,50	9,20	32,50	244,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	3	Бутерброд с сыром	50	6,40	12,40	10,50	187,00
2022	2	Яблоко свежее	180	0,70	0,60	17,80	79,20
		<i>итого:</i>	635	16,20	23,30	69,50	561,10
		Обед					
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	60	0,80	0,10	2,90	15,40
2012	84	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	4,50	2,40	12,50	122,40
2012	282	Котлета мясная рублен. Соус	90/50	16,60	18,50	16,30	170,70
2008	331	Макароны отварные	150	5,50	4,80	31,30	191,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
2022	106	Батон обогащ.	30	2,30	0,90	15,40	78,60
		<i>итого:</i>	850	32,90	27,20	106,50	707,20
		Ужин					
2020	54-11	Котлета рыбная (треска)	100	14	2,40	8,60	112,60
2008	333	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2020	122	Печенье витаминизированное	30	2,30	2,90	16,70	93,80
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,30	0,20	8,50	40,80
		<i>итого:</i>	507	20,8	10,2	64,0	423,1
		ИТОГО	2002	69,90	60,71	240,00	1 691,40

28 сентября 2026 г.

Утверждаю

Директор  /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	189	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	155	5,60	6,90	24,40	183,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	5	Бутерброд с ветчиной	50	7,00	10,50	10,00	165,70
2022	21	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		<i>итого:</i>	605	15,00	19,30	62,70	487,60
Обед							
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	100	1,30	0,16	4,80	25,70
2012	84	Суп картофельный с фрикадельками	285	5,60	3,00	15,60	153,00
2012	282	Котлета мясная рубленая	100	17,80	17,80	14,50	148,50
2008	331	Макароны отварные	180	6,60	5,70	38,00	230,00
2022	8	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	6,80	27,10
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
2020	122	Печенье витаминизированное	40	2,3	2,90	22,30	125,10
2022	1	Батон обогащ.	30	2,30	0,90	15,40	78,60
		<i>итого:</i>	985	39,10	30,96	138,70	890,00
Ужин							
2020	54-11	Котлета рыбная (треска)	100	14,00	2,40	8,60	112,60
2008	333	Картофель отварной	180	3,5	5,60	28,20	178,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	207	0,30	0,01	6,70	27,90
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		<i>итого:</i>	537	21,0	8,5	64,8	420,5
ИТОГО				75,10	58,77	266,20	1 798,10