

29 января 2026 г.



Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /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					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	150/20	24,80	17,10	44,30	350,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
УСП	010	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	66,30
		<i>итого:</i>	<i>550,00</i>	<i>28,30</i>	<i>28,80</i>	<i>76,70</i>	<i>599,20</i>
		Обед					
2008	20	Салат из солёных огурцов с луком	60	1,60	3,00	1,50	40,20
2011	67	Суп из овощей с мясом и зеленью	211	7,90	6,90	8,80	132,90
2012	229/361	Рыба (филе) припущенная. Соус	150	18,70	4,70	2,20	117,00
2008	335	Картофельное пюре	150	3,10	5,40	20,30	141,00
УСП	044	Компот из кураги	200	0,40	-	28,00	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	40	3,20	1,70	20,40	92,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,20	0,80	15,40	78,60
		<i>итого:</i>	<i>841,00</i>	<i>37,10</i>	<i>22,50</i>	<i>96,60</i>	<i>714,70</i>
		Ужин					
2020	54-11	Салат из моркови и яблок	100	1,00	10,20	4,50	123,60
2008	444	Оладьи с вареньем	170	9,90	8,30	55,80	334,40
УСП	099	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
УСП	060	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		<i>итого:</i>	<i>595,00</i>	<i>14,90</i>	<i>21,80</i>	<i>79,10</i>	<i>582,50</i>
		ИТОГО		80,30	73,10	252,40	1 896,40

29 января 2026 г.

Утверждаю

Директор /Иванова/ /Крошка О.С./

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептур	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2012	237	Запеканка из творога со сгущ. молоком	170	24,80	17,10	24,30	350,00
2020	54-4	Чай с молоком	200	1,60	1,10	8,70	50,90
2014	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
УСП	010	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		итого:	610	28,8	32,4	64,6	664,9
		Обед					
2008	20	Салат из солёных огурцов с луком	100	0,80	0,10	2,20	76,20
2011	67	Суп из овощей с мясом и зеленью	261	9,70	8,90	11,30	170,70
2012	229/361	Рыба (филе) припущенная. Соус	150	17,70	4,70	2,20	117,00
2008	335	Картофельное пюре	180	3,70	6,50	24,30	169,20
УСП	044	Компот из кураги	200			28,00	113,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,60	23,60	114,00
УСП	060	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,20	0,80	15,60	78,60
		итого:	1096	42	26	113	909
		Ужин					
2020	54-11	Салат из моркови и яблок	100	1,00	10,20	4,50	123,60
2008	444	Оладьи с вареньем	175/25	13,60	12,60	85,30	509,00
УСП	099	Компот из заморож. ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
		итого:	500	15,1	23,0	103,0	686,5
		ИТОГО		89,10	85,66	280,40	2 260,70