

29 сентября 2025 г.

Утверждаю

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

Сборник рецептов	№ технол. карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
		Завтрак					
2008	189	Каша пшённая жидкая с маслом сливочным	200/5	7,50	8,50	33,00	238,00
2020	54-3	Чай с сахаром и лимоном	200/7	0,30	0,01	6,70	27,90
2008	3	Бутерброд с сыром	50	6,40	12,40	10,50	187,00
УСП	010	Яблоко свежее	150	0,60	0,60	14,70	66,30
		<i>итого:</i>	612	14,80	21,51	64,90	519,20
		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	16,60	18,50	16,30	170,70
2008	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
УСП	095	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,10	6,80	27,10
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	060	Йогурт в индивид. упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,20	0,80	15,60	78,60
		<i>итого:</i>	975	34,20	31,20	108,80	748,80
		Ужин					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2008	319	Кнели из птицы	90	20	10,10	5,70	194,00
2008	331	Вермишель отварная	150	5,50	4,80	31,00	191,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	20	1,60	0,80	10,20	46,00
		<i>итого:</i>	520	32,1	22,0	78,1	579
		ИТОГО		76,50	64,51	247,80	1 864,30

29 сентября 2025 г.



Утверждаю

Директор /Чешкина/ Крошка О.С./

Меню для обучающихся (12-18 лет)

Сборник рецептов	№ техн.карты	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен.
Завтрак							
2008	189	Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	150	5,40	6,70	23,60	176,10
2020	54-3	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,01	6,70	27,90
2008	3	Бутерброд с сыром	60	7,70	14,90	12,70	225,00
УСП	010	Яблоко свежее	200	0,80	0,80	19,60	88,00
		<i>итого:</i>	672	14,20	22,41	62,60	517,00
Обед							
2020	54-4	Перец болгарский в нарезке	100	1,30	0,16	4,80	25,70
2012	84	Суп картофельный с фрикадельками	270	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
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	29,80	86,00
УСП	056	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	4,30	1,80	23,60	114,00
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,20	0,80	15,60	78,60
УСП	060	Йогурт в индивид. упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		<i>итого:</i>	1075	42,10	32,56	147,50	906,40
Ужин							
УСП	103	Св.огурец, св. помидор	60	0,80	0,10	2,20	13,00
2008	307/371	Птица отварная. Соус	100/40	18,6	14,20	3,60	234,00
2008	337	Овощи припущенные	150	1,90	4,30	10,60	85,00
УСП	095	Компот из смеси сухофруктов	200	0,10	0,10	6,80	27,10
УСП	004	Батон обогащ.	30	2,20	0,80	15,60	78,60
		<i>итого:</i>	630	23,60	19,50	38,80	437,70
ИТОГО				78,50	75,70	239,60	1 974,30