

29 сентября 2026 г.

Утверждаю

Директор /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					
2012	45	Пудинг из творога(запечённый)	150	17,50	11,60	27,40	279,00
2020	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
2012	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
2008	1	Бутерброд с маслом	30	1,30	10,00	9,00	132,00
2020	10	Сливы	150	1,20	0,50	14,40	73,50
		<i>итого:</i>	530	23,50	25,50	73,10	617,90
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	60	0,40	6,10	1,40	61,80
2012	82	Суп картофельный с вермишелью, мясом и зеленью	211	4,20	5,20	6,60	118,00
2012	278	Отбивная мясная	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	150	2,20	4,40	25,50	150,00
2008	442	Сок фруктовый	200	1,00	0,20	19,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		<i>итого:</i>	771	26,30	30,70	77,60	725,80
		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
2020	99	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
2022	3	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		<i>итого:</i>	595	14,9	21,8	79,1	582,5
		ИТОГО	1896	64,70	67,80	225,30	1 926,20

29 сентября 2026 г.

Утверждаю

Директор *Крошка О.С.* /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	45	Пудинг из творога(запечённый)	150	17,50	11,60	27,40	279,00
2020	54-8	Какао со сгущённым молоком	200	3,50	3,40	22,30	133,40
2012	392	Стол "А"-Чай с сахаром	200	-	-	6,60	26,50
2014	1	Бутерброд с маслом	40	1,60	13,40	12,00	176,00
2020	10	Сливы	180	1,40	0,50	17,30	88,20
		<i>итого:</i>	570	24,00	28,90	79,00	676,60
		Обед					
2008	19	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
2012	82	Суп картофельный с вермишелью ,мясом и зеленью	261	5,25	6,40	8,25	147,00
2012	278	Отбивная мясная	100	15,30	14,30	3,00	208,00
2008	324	Каша гречневая вязкая	180	2,60	5,30	30,60	180,00
2008	442	Сок фруктовый	200	0,80	0,20	19,80	86,00
2022	21	Хлеб ржано-пшеничный обогащ.	50	3,20	0,50	21,30	102,00
		<i>итого:</i>	891	27,85	36,80	85,25	826,00
		Ужин					
2020	54-11	Салат из моркови и яблок	100	1,00	10,20	4,50	123,60
2008	444	Оладьи с вареньем	200	13,60	12,60	85,30	509,00
2020	99	Компот из заморож.ягод	200	0,50	0,20	13,20	53,90
2022	3	Йогурт в индивидуальной упаковке	125	3,50	3,10	5,60	70,60
		<i>итого:</i>	625	18,6	26,1	108,6	757,1
		ИТОГО		70,45	91,80	272,85	2 259,70