

УТВЕРЖДАЮ
Директор техникума
Кузнецов А.
«03» сен. 2024 г.



ПРИМЕРНОЕ НЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Икра свекольная	13,40	71,00	3,25	3,73	6,02
Плов из мяса птицы	50	248,4	18	17	40,2
Картофельное пюре	27,58	151,92	4,45	6,36	24,53
Сок фруктовый	15,6	84,93	1,00	0,00	20,23
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76

2-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Капуста квашенная	21,68	85,70	1,70	5,00	8,45
Биточки из мяса птицы	50	160	5,4	0,6	34,9
Макароньы отварные	15	168	5,4	0,6	34,9
Сок фруктовый	15,6	84,93	1,00	0,00	20,23
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76

3-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Салат овощной	15	51,2	0,7	4,2	2,6
Мясо куриное в смет.соусе	50	92,5	15,2	3,0	1,1
Макароньы отварные	15	168	5,4	0,6	34,9
Чай с лимоном и сахаром	8	70	0	0	17
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76

4-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Овощи порционно	15,02	10,00	0,82	0,20	1,70
Рыба, тушеная в томате с овощами	33,55	139,20	25,00	12,55	4,56
Рис отварной	14,55	251,64	44,40	7,08	44,02
Чай с лимоном и сахаром	8	70	0	0	17
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76

5-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Котлета домашняя	50	188,2	23,4	9,3	1,2
Рис отварной	14,55	251,64	44,40	7,08	44,02
Сок фруктовый	15,6	84,93	1,00	0,00	20,23
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76

6-й день

Наимен.	Цена	Ккал.	Белки	Жиры	Углеводы
Тефтели	50	158,5	9,8	9,0	10,1
Картофельное пюре	27,58	151,92	4,45	6,36	24,53
Сок фруктовый	15,6	84,93	1,00	0,00	20,23
Хлеб пшеничный	2,90	116,89	3,5	1,3	24,15
Хлеб ржаной	2,35	93,29	2,24	0,88	19,76