

Согласовано

Директор
ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"
 /Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

3 июня 2021 г.

7-11 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	20,66	11,2	17,3	2,5	209
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,66	1,6	1,6	12,1	69
2015	5/13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	6,24	3,9	4,1		53
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	40/10	5,82	3,2	7,7	19,3	160
		ЯБЛОКИ	170	21,08	0,7	0,7	16,7	80
Итого				56,46	20,6	31,4	50,6	571
Обед								
2015	28/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	70	4,42	1,3	5,5	7,6	84
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200/12	11,36	7,8	6	15,3	146
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	8,52	3,3	5,5	20,3	142
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	27,87	14,1	16,2	12,5	253
		СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	200	6,00			30,8	87
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	20	0,86	1,5	0,2	9,3	46
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,70	3,1	0,4	18,5	85
Итого				60,73	31,1	33,8	114,3	843
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,76	5,9	6,6	10,3	123
2015	6/12	ШАНЬГА СО СМЕТАНОЙ	85	5,00	4,6	6,5	22,6	165
2015	37/8	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	15,86	8,8	5,5	3,5	99
Итого				29,62	19,3	18,6	36,4	387
Ужин								
2015	4/1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	11,56	0,4	0,1	1,4	8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	19,93	15,7	20,2	29,1	362
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,58	0,1		9,7	40
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,70	3,1	0,4	18,5	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,15	3,8	0,5	23,3	115
Итого				35,92	23,1	21,2	82	610
Ужин 2								
		КЕФИР с.м.д.ж. 2,5 %	150	7,50	4,5	3,8	6	81
		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,54	1,1	2,6	9,8	63
Итого				9,04	5,6	6,4	15,8	144
Всего				191,77	99,7	111,4	299,1	2555

Зав.столовой



Н.Н. Бояровская

Согласовано

Директор
ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"

 /Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

3 июня 2021 г.

12-18 лет.

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Цена, руб.	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал
					Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	
Завтрак								
2004	340	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	22,57	12,2	18,9	2,7	228
2015	16/10	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,68	1,7	1,7	12,2	69
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	60/10	6,68	4,7	7,7	28,8	206
		ЯБЛОКИ	180	22,32	0,7	0,7	17,6	85
Итого				54,25	19,3	29	61,3	588
Обед								
2015	28/1	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	100	6,32	1,7	7,9	10,8	120
2004	139	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250/10	12,56	9,1	6,7	19,2	173
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	8,55	3,3	5,5	20,3	142
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	31,53	16,2	18,3	14,4	288
		СОК ЯБЛОКО-ПЕРСИК	200	6,00			30,8	87
	-	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,70	3,1	0,4	18,5	85
	-	ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	1,72	3	0,4	18,6	92
Итого				68,38	36,4	39,2	132,6	987
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,76	5,9	6,6	10,3	123
2015	6/12	ШАНЬГА СО СМЕТАНОЙ	60	5,52	5,9	8	29,4	211
2015	37/8	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	75	23,83	13,3	8,1	5,3	149
Итого				38,11	25,1	22,7	45	483
Ужин								
2015	4/1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	9,25	0,3		1,1	6
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,44	18,5	23,8	34,4	426
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,60	0,2	0,1	9,8	40
	-	ХЛЕБ РЖАНОЙ	60	2,55	4,7	0,7	27,8	127
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,15	3,8	0,5	23,3	115
Итого				37,99	27,5	25,1	96,4	714
Ужин 2								
		КЕФИР с.м.д.ж. 2,5 %	180	9,00	5,4	4,5	7,2	97
		ПЕЧЕНЬЕ	15	1,54	1,1	2,6	9,8	63
Итого				10,54	6,5	7,1	17	160
Всего				209,27	114,8	123,1	352,3	2932

Зав.столовой



Н.Н.Бояровская