

Согласовано

Директор

ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"

Е.Е. Бочкарева/

МЕНЮ

20 октября 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								
			200	10,66	5,1	7	29,6	202
2004	311	КАША РИСОВАЯ	200	0,72	0,1		9,7	40
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	250	22,74	3,8	1,3	52,5	240
		БАНАН		36,13	12	8,7	110,4	574
Итого								
Обед								
2015	20/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (до 01.03)	60	8,06	1,4	5,1	17,5	120
2004	110	"БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200/10	7,91	1,7	4,4	9	80
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	7,73	2,5	4,1	15,2	106
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	90	29,21	14,1	16,4	12,5	255
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		СОК ГРУША (пак)	200	13,00	0,2	0,3	21,9	89
				69,55	26	31,1	113,2	827
Итого								
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,02	5,9	6,6	10,3	123
2004	235	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	120	13,71	3	12,7	22,9	218
				21,73	8,9	19,3	33,2	341
Итого								
Ужин								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	6,97	0,4	0,1	1,3	9
2015	3/4	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,22	4,3	3,6	22,1	140
2015	2/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ	80	19,99	13,7	13,2	1,7	182
2015	15/10	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	2,63	0,2	0,1	9,9	42
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	40	2,01	3	0,4	18,6	92
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	1,63	3,1	0,4	18,5	85
				38,45	24,7	17,8	72,1	550
Итого								
Ужин 2								
		ЙОГУРТ фруктово-ягодный с.м.д.ж. 2,5 %	150	9,00	4,2	3,8	19,5	129
				9,00	4,2	3,8	19,5	129
Итого				174,86	75,8	80,7	348,4	2421
Всего								

Зав.столовой



Н.Н.Бояровская

Согласовано

Директор

ГАПОУ СО "Камышловский гуманитарно-технологический техникум"

/Е.Е. Бочкарева/**МЕНЮ**

20 октября 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	311	КАША РИСОВАЯ	250	10,74	6,2	9,9	34,2	251
2015	5/13	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	8,68	5,2	5,4		70
2004	693	КАКАО С МОЛОКОМ	200	5,39	3,8	3,7	15	108
2004	1	ХЛЕБ С МАСЛОМ	50/10	7,05	3,9	7,8	23,4	181
				31,86	19,1	26,8	72,6	610
Итого								
Обед								
2015	20/1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ (до 01.03)	100	8,49	1,5	5,1	19,1	127
2004	110	"БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	250/20/10	17,36	7,8	10	11,8	165
2015	27/3	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	200	10,30	3,3	5,5	20,3	142
2004	451	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	32,97	16,2	18,3	14,4	288
		СОК АБРИКОСОВЫЙ	200	7,97			30,8	87
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,03	3,9	0,5	23,2	106
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,8	0,5	23,3	115
				81,63	36,5	39,9	142,9	1030
Итого								
Полдник								
2004	697	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	8,02	5,9	6,6	10,3	123
2004	235	ЗРАЗЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ	80	7,61	2,1	5,8	16,3	126
		БАНАН	180	16,37	2,7	0,9	37,8	173
				32,00	10,7	13,3	64,4	422
Итого								
Ужин								
2015	6/1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	5,58	0,4	0,1	1,1	7
2015	3/4	ГРЕЧА ОТВАРНАЯ ВЯЗКАЯ	180	6,24	5,1	4,4	26,5	167
2015	2/9	МЯСО КУР ОТВАРНОЕ В СОУСЕ	120	30,01	20,5	20,1	2,7	273
2015	15/10	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/5	2,63	0,2	0,1	9,9	42
		ХЛЕБ КРЕСТЬЯНСКИЙ	50	2,51	3,8	0,5	23,3	115
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,03	3,9	0,5	23,2	106
				49,00	33,9	25,7	86,7	710
Итого								
Ужин 2								
		ЙОГУРТ фруктово-ягодный с.м.д.ж. 2,5 %	180	10,80	5	4,5	23,4	155
				10,80	5	4,5	23,4	155
Итого				205,29	105,2	110,2	390	2927
Всего								

Зав.столовой



Н.Н.Бояровская