



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		34,37	27,87	111,32	866,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 300	300	4,74	3,08	19,12	131,46
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 150	150	33,66	17,21	19,99	451,74
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
ИТОГО		70,18	58,39	177,43	1 574,9

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Кондитерские изделия 76	76	23,26	2,96	47,5	411,18
ИТОГО		24,34	4,24	94,33	613,34

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Жаркое по-домашнему 250	250	20,48	21,78	34,61	409,88
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
ИТОГО		28,86	30,9	106,79	810,5

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
ИТОГО		42,57	25,49	122,29	974,25

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Гуляш из говядины 110	110	19,33	16,1	7,26	267,41
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Свекольник 300	300	4,57	2,21	17,51	120,01
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Хлеб пшеничный или батон 120	120	1,44	9,12	59,04	285,6
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
ИТОГО		54	50,4	217,95	1 559,4

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 100	100	13,78	8,59	57,94	390,14
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		22,8	33,96	69,88	620,56

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Птица запеченная 100	100	4,9	31,94	1,12	176,34
Овощи запеченные 230	230	8,78	5,48	20,91	184,58
ИТОГО		15,03	46,07	89,66	678,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
ИТОГО		42,57	25,49	122,29	974,25

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Гуляш из говядины 110	110	19,33	16,1	7,26	267,41
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Свекольник 300	300	4,57	2,21	17,51	120,01
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Хлеб пшеничный или батон 120	120	1,44	9,12	59,04	285,6
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
ИТОГО		54	50,4	217,95	1 559,4

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 100	100	13,78	8,59	57,94	390,14
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		22,8	33,96	69,88	620,56

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Птица запеченная 100	100	4,9	31,94	1,12	176,34
Овощи запеченные 230	230	8,78	5,48	20,91	184,58
ИТОГО		15,03	46,07	89,66	678,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 21.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010778

Дети-сироты техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
ИТОГО		40,38	37,13	75,91	815,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Рассольник Ленинградский 300	300	4,72	2,35	16,39	117,44
Сельдь с луком 150	150	24,18	22,13	1,13	310,66
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
ИТОГО		59,65	64,84	160,24	1 437,17

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,86	9,8	65,22	370,82

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Свинина, тушенная с овощами 250	250	24,6	15,06	24,9	381,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кукуруза консервированная 150	150	0,53	1,98	15,29	73,85
ИТОГО		27,53	24,42	102,75	756,45

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
ИТОГО		20,84	7,74	42,37	388

Зав. производством: _____

МЕНЮ 21.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010778

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
ИТОГО		40,38	37,13	75,91	815,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Рассольник Ленинградский 300	300	4,72	2,35	16,39	117,44
Сельдь с луком 150	150	24,18	22,13	1,13	310,66
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
ИТОГО		59,65	64,84	160,24	1 437,17

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,86	9,8	65,22	370,82

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Свинина, тушеная с овощами 250	250	24,6	15,06	24,9	381,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кукуруза консервированная 150	150	0,53	1,98	15,29	73,85
ИТОГО		27,53	24,42	102,75	756,45

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
ИТОГО		20,84	7,74	42,37	388

Зав. производством: _____

МЕНЮ 20.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум

Документ № НФНФ-010777

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
ИТОГО		51,9	28,27	119,85	1 059,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Фрикадельки мясные 20	20	5,42	4,9	0,77	71,46
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Суп картофельный 300	300	4,71	2,13	15,55	113,11
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		42,82	52,82	154,65	1 215,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сушка сметанная 100	100	15,44	---	61,09	383,32
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
ИТОГО		16,52	1,28	107,92	585,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
ИТОГО		30,83	42,33	119,15	923,39

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
ИТОГО		51,9	28,27	119,85	1 059,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Фрикадельки мясные 20	20	5,42	4,9	0,77	71,46
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Суп картофельный 300	300	4,71	2,13	15,55	113,11
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		42,82	52,82	154,65	1 215,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сушка сметанная 100	100	15,44	---	61,09	383,32
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
ИТОГО		16,52	1,28	107,92	585,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
ИТОГО		30,83	42,33	119,15	923,39

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
ИТОГО		31,84	23,31	112,1	828,2

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		47,9	44,17	179,62	1 326,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,65	15,82	85,31	518,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат из красной фасоли с морковью 150	150	23,2	7,32	26,19	342,84
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		41,2	39,53	147,56	1 119,16

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
ИТОГО		31,84	23,31	112,1	828,2

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		47,9	44,17	179,62	1 326,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,65	15,82	85,31	518,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат из красной фасоли с морковью 150	150	23,2	7,32	26,19	342,84
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		41,2	39,53	147,56	1 119,16

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010775**Дети-сироты техникумы****Завтрак**

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Пудинг творожный запеченный с изюмом 220	220	13,03	37,15	52,87	477,35
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
ИТОГО		35,37	52,62	116,98	996,73

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из картофеля с рыбой 150	150	17,02	13,79	21,55	294,54
Котлета Домашняя 100	100	16,56	12,94	16,01	264,84
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Суп с кукурузной крупой 250	250	4,92	2,31	17,52	123,6
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Лук репчатый или чеснок (порциями) 22	22	0,04	0,29	1,65	8,12
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Фасоль стручковая запечёная 230	230	7,94	6,36	7,85	128,3
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		55,09	55,53	158,98	1 353,85

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
ИТОГО		3,37	4,87	82,86	381,25

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Рыба, запеченная в молочном соусе 120	120	8,66	20,12	6,19	183,18
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат из моркови с сыром и чесноком 150	150	10,88	5,3	10,57	161,4
ИТОГО		28,33	37,79	110,91	849,77

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010774

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Суп молочный с крупой 200	200	4,16	4,58	19,24	132,72
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
ИТОГО		23,61	21,14	99,73	695,97

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Овощное соте с морковью 230	230	15,5	4,97	26,35	264,78
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Котлета рыбная из минтая 120	120	10,74	14,83	19,07	232,26
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Борщ из свежей капусты с картофелем 300	300	4,53	2,11	14,22	106,09
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		39,67	43,01	153,22	1 141,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		25,95	11,64	104,61	698,55

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Салат Столичный 150	150	22,63	11,66	9,11	286,75
Говядина, тушеная с черносливом 110	110	20,76	17,75	9,83	297,16
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		50,99	42,42	113,18	1 081,31

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 16.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010766

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010766

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		26,43	30,98	150,89	965,35

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Солянка из птицы 300	300	13,77	10,72	9,33	204,13
Ватрушка с творогом 100	100	11,28	16,02	47,77	356,68
Капуста тушеная со свиной 250	250	19,78	13,82	18,64	307,86
Салат "Обжорка" с мясом 150	150	27,18	11,46	17,99	362,42
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		73,98	64,28	183,96	1 658,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Вареники с картофелем и маслом 250	250	18,37	9,91	60,84	448,33
ИТОГО		39,21	17,65	103,21	836,33

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
ИТОГО		33,76	29,99	117,7	894,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
ИТОГО		24,35	27,42	126,33	834,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп из овощей с фасолью 300	300	6,77	3,94	14,26	133,73
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
ИТОГО		45,44	73,57	156,98	1 331,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Куриное филе в сметанном соусе 100	100	19,61	13,18	5,83	252,53
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		33,67	29,86	123,27	915,55

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
ИТОГО		24,35	27,42	126,33	834,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп из овощей с фасолью 300	300	6,77	3,94	14,26	133,73
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
ИТОГО		45,44	73,57	156,98	1 331,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Куриное филе в сметанном соусе 100	100	19,61	13,18	5,83	252,53
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		33,67	29,86	123,27	915,55

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Кукуруза консервированная 70	70	0,25	0,92	7,13	34,45
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		45,36	38,12	84,94	900,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Щи из свежей капусты с картофелем 300	300	4,54	1,88	9,08	84,7
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		54,85	50,92	196,32	1 482,61

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Расстегай с рыбой 100	100	12,57	13,26	29,56	284,41
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		14,06	14,92	69,75	465,22

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сельдь с зелёным горошком и луком 150	150	22,4	19,2	2,5	288,4
Картофельная запеканка с мясом 220	220	41,48	32,01	34,47	639,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		65,08	58,51	101,07	1 224,04

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Кукуруза консервированная 70	70	0,25	0,92	7,13	34,45
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		45,36	38,12	84,94	900,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Щи из свежей капусты с картофелем 300	300	4,54	1,88	9,08	84,7
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		54,85	50,92	196,32	1 482,61

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Расстегай с рыбой 100	100	12,57	13,26	29,56	284,41
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		14,06	14,92	69,75	465,22

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сельдь с зелёным горошком и луком 150	150	22,4	19,2	2,5	288,4
Картофельная запеканка с мясом 220	220	41,48	32,01	34,47	639,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		65,08	58,51	101,07	1 224,04

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Овощные наггетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Чай 200	200	0,41	0,58	0,2	6,81
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		46,4	27,22	126,1	1 030,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 300	300	16,65	10,76	19,77	271,97
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
ИТОГО		48,59	48,28	184,13	1 366,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кекс творожный 100	100	14,87	10,86	53,11	389,71
ИТОГО		15,95	12,14	99,94	591,87

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		31,26	30,27	123,51	896,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Чай 200	200	0,41	0,58	0,2	6,81
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		46,4	27,22	126,1	1 030,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 300	300	16,65	10,76	19,77	271,97
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
ИТОГО		48,59	48,28	184,13	1 366,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кекс творожный 100	100	14,87	10,86	53,11	389,71
ИТОГО		15,95	12,14	99,94	591,87

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		31,26	30,27	123,51	896,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Запеканка из творога 220	220	19,78	44,33	37,44	505,1
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		44,57	64,8	116,93	1 128,05

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
Кисель из брусники (клюквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Солянка Мясная 300	300	21,2	14,16	10,89	291
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		45,77	42,31	150,09	1 181,53

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Бисквит "Прага" с бананом 100	100	31,52	7,83	52,24	523,96
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		32,6	9,11	99,07	726,12

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 115	115	3,88	3,18	3,94	63,4
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельное пюре 115	115	3,73	2,53	16,76	110,73
Рыба, запеченая в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
ИТОГО		32,75	45,64	115,9	940,91

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010761

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Запеканка из творога 220	220	19,78	44,33	37,44	505,1
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		44,57	64,8	116,93	1 128,05

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
Кисель из брусники (клубквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Солянка Мясная 300	300	21,2	14,16	10,89	291
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		45,77	42,31	150,09	1 181,53

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Бисквит "Прага" с бананом 100	100	31,52	7,83	52,24	523,96
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		32,6	9,11	99,07	726,12

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 115	115	3,88	3,18	3,94	63,4
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельное пюре 115	115	3,73	2,53	16,76	110,73
Рыба, запеченая в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
ИТОГО		32,75	45,64	115,9	940,91

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010760

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		27,19	20,92	108,94	764,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и огурчиками 150	150	12,53	7,65	6,05	167,57
Бефстроганов из говядины 110	110	24,51	16,54	5,84	310,11
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп рисовый 300	300	4,79	3,37	23,16	149,23
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		55,13	57,43	183,22	1 458,77

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		11,31	28,96	47,97	409,51

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рагу из птицы 250	250	8,52	27,06	30,67	307,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
ИТОГО		10,28	40,63	115,94	718,8

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		21,22	7,87	41,13	386,98

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010752

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		34,37	27,87	111,32	866,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 300	300	4,74	3,08	19,12	131,46
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 150	150	33,66	17,21	19,99	451,74
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
ИТОГО		70,18	58,39	177,43	1 574,9

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Кондитерские изделия 76	76	23,26	2,96	47,5	411,18
ИТОГО		24,34	4,24	94,33	613,34

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Жаркое по-домашнему 250	250	20,48	21,78	34,61	409,88
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
ИТОГО		28,86	30,9	106,79	810,5

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010752

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		34,37	27,87	111,32	866,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 300	300	4,74	3,08	19,12	131,46
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 150	150	33,66	17,21	19,99	451,74
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
ИТОГО		70,18	58,39	177,43	1 574,9

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Кондитерские изделия 76	76	23,26	2,96	47,5	411,18
ИТОГО		24,34	4,24	94,33	613,34

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Жаркое по-домашнему 250	250	20,48	21,78	34,61	409,88
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
ИТОГО		28,86	30,9	106,79	810,5

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010751

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		42,57	25,49	122,29	974,25

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 120	120	1,44	9,12	59,04	285,6
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Гуляш из говядины 110	110	19,33	16,1	7,26	267,41
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Свекольник 300	300	4,57	2,21	17,51	120,01
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
ИТОГО		54	50,4	217,95	1 559,4

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 100	100	13,78	8,59	57,94	390,14
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		22,8	33,96	69,88	620,56

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощи запеченные 230	230	8,78	5,48	20,91	184,58
Птица запеченная 100	100	4,9	31,94	1,12	176,34
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		15,03	46,07	89,66	678,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010750

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
ИТОГО		40,38	37,13	75,91	815,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Рассольник Ленинградский 300	300	4,72	2,35	16,39	117,44
Сельдь с луком 150	150	24,18	22,13	1,13	310,66
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
ИТОГО		59,65	64,84	160,24	1 437,17

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,86	9,8	65,22	370,82

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Свинина, тушеная с овощами 250	250	24,6	15,06	24,9	381,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кукуруза консервированная 150	150	0,53	1,98	15,29	73,85
ИТОГО		27,53	24,42	102,75	756,45

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
ИТОГО		20,84	7,74	42,37	388

Зав. производством: _____

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010750

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
ИТОГО		40,38	37,13	75,91	815,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Рассольник Ленинградский 300	300	4,72	2,35	16,39	117,44
Сельдь с луком 150	150	24,18	22,13	1,13	310,66
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
ИТОГО		59,65	64,84	160,24	1 437,17

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,86	9,8	65,22	370,82

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Свинина, тушеная с овощами 250	250	24,6	15,06	24,9	381,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кукуруза консервированная 150	150	0,53	1,98	15,29	73,85
ИТОГО		27,53	24,42	102,75	756,45

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
ИТОГО		20,84	7,74	42,37	388

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010749

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
ИТОГО		51,9	28,27	119,85	1 059,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
Суп картофельный 300	300	4,71	2,13	15,55	113,11
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Фрикадельки мясные 20	20	5,42	4,9	0,77	71,46
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
ИТОГО		42,82	52,82	154,65	1 215,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сушка сметанная 100	100	15,44	---	61,09	383,32
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
ИТОГО		16,52	1,28	107,92	585,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
ИТОГО		30,83	42,33	119,15	923,39

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 06.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010749

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
ИТОГО		51,9	28,27	119,85	1 059,58

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
Суп картофельный 300	300	4,71	2,13	15,55	113,11
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Фрикадельки мясные 20	20	5,42	4,9	0,77	71,46
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
ИТОГО		42,82	52,82	154,65	1 215,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сушка сметанная 100	100	15,44	---	61,09	383,32
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
ИТОГО		16,52	1,28	107,92	585,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
ИТОГО		30,83	42,33	119,15	923,39

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010748

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Овощные наггетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
ИТОГО		31,84	23,31	112,1	828,2

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		47,9	44,17	179,62	1 326,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,65	15,82	85,31	518,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат из красной фасоли с морковью 150	150	23,2	7,32	26,19	342,84
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		41,2	39,53	147,56	1 119,16

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010748

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Овощные наггетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
ИТОГО		31,84	23,31	112,1	828,2

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Уха Ростовская 300	300	6,4	7,88	12,95	140,92
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		47,9	44,17	179,62	1 326,26

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,65	15,82	85,31	518,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Салат из красной фасоли с морковью 150	150	23,2	7,32	26,19	342,84
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		41,2	39,53	147,56	1 119,16

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010747

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Хлеб пшеничный или батон 20	20	0,24	1,52	9,84	47,6
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Пудинг творожный запеченный с изюмом 220	220	13,03	37,15	52,87	477,35
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		35,37	52,62	116,98	996,73

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Фасоль стручковая запечённая 230	230	7,94	6,36	7,85	128,3
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Лук репчатый или чеснок (порциями) 22	22	0,04	0,29	1,65	8,12
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Суп с кукурузной крупой 250	250	4,92	2,31	17,52	123,6
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Котлета Домашняя 100	100	16,56	12,94	16,01	264,84
Салат из картофеля с рыбой 150	150	17,02	13,79	21,55	294,54
ИТОГО		55,09	55,53	158,98	1 353,85

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
ИТОГО		3,37	4,87	82,86	381,25

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из моркови с сыром и чесноком 150	150	10,88	5,3	10,57	161,4
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Рыба, запеченная в молочном соусе 120	120	8,66	20,12	6,19	183,18
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
ИТОГО		28,33	37,79	110,91	849,77

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Суп молочный с крупой 200	200	4,16	4,58	19,24	132,72
ИТОГО		23,61	21,14	99,73	695,97

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Борщ из свежей капусты с картофелем 300	300	4,53	2,11	14,22	106,09
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Котлета рыбная из минтая 120	120	10,74	14,83	19,07	232,26
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Овощное соте с морковью 230	230	15,5	4,97	26,35	264,78
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
ИТОГО		39,67	43,01	153,22	1 141,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		25,95	11,64	104,61	698,55

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Говядина, тушеная с черносливом 110	110	20,76	17,75	9,83	297,16
Салат Столичный 150	150	22,63	11,66	9,11	286,75
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		50,99	42,42	113,18	1 081,31

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010746

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Суп молочный с крупой 200	200	4,16	4,58	19,24	132,72
ИТОГО		23,61	21,14	99,73	695,97

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Борщ из свежей капусты с картофелем 300	300	4,53	2,11	14,22	106,09
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Котлета рыбная из минтая 120	120	10,74	14,83	19,07	232,26
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Овощное соте с морковью 230	230	15,5	4,97	26,35	264,78
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
ИТОГО		39,67	43,01	153,22	1 141,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		25,95	11,64	104,61	698,55

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Говядина, тушеная с черносливом 110	110	20,76	17,75	9,83	297,16
Салат Столичный 150	150	22,63	11,66	9,11	286,75
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		50,99	42,42	113,18	1 081,31

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010745

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		26,43	30,98	150,89	965,35

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Солянка из птицы 300	300	13,77	10,72	9,33	204,13
Ватрушка с творогом 100	100	11,28	16,02	47,77	356,68
Капуста тушеная со свининой 250	250	19,78	13,82	18,64	307,86
Салат "Обжорка" с мясом 150	150	27,18	11,46	17,99	362,42
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		73,98	64,28	183,96	1 658,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Вареники с картофелем и маслом 250	250	18,37	9,91	60,84	448,33
ИТОГО		39,21	17,65	103,21	836,33

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
ИТОГО		33,76	29,99	117,7	894,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		26,43	30,98	150,89	965,35

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Солянка из птицы 300	300	13,77	10,72	9,33	204,13
Ватрушка с творогом 100	100	11,28	16,02	47,77	356,68
Капуста тушеная со свиной 250	250	19,78	13,82	18,64	307,86
Салат "Обжорка" с мясом 150	150	27,18	11,46	17,99	362,42
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		73,98	64,28	183,96	1 658,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Вареники с картофелем и маслом 250	250	18,37	9,91	60,84	448,33
ИТОГО		39,21	17,65	103,21	836,33

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
ИТОГО		33,76	29,99	117,7	894,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010794

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
ИТОГО		46,58	35,77	77,97	874,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
Рис отварной с кукурузой и горошком 230	230	5,67	5,43	44,42	250,43
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Суп картофельный с бобовыми 300	300	5,02	5,37	23,86	162,1
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
ИТОГО		33,11	54,91	175,49	1 219,59

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		5,48	20,98	49,53	331,36

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 150	150	13,24	15,25	9,78	219,28
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Печень говяжья по-строгановски 110	110	13,09	15,15	7,85	209,81
ИТОГО		32,06	47,26	142,47	1 047,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		26,43	30,98	150,89	965,35

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Солянка из птицы 300	300	13,77	10,72	9,33	204,13
Ватрушка с творогом 100	100	11,28	16,02	47,77	356,68
Капуста тушеная со свиной 250	250	19,78	13,82	18,64	307,86
Салат "Обжорка" с мясом 150	150	27,18	11,46	17,99	362,42
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
ИТОГО		73,98	64,28	183,96	1 658,78

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Вареники с картофелем и маслом 250	250	18,37	9,91	60,84	448,33
ИТОГО		39,21	17,65	103,21	836,33

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
Картофельное пюре 230	230	7,46	5,05	33,52	221,42
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
ИТОГО		33,76	29,99	117,7	894,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010792

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
ИТОГО		24,35	27,42	126,33	834,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп из овощей с фасолью 300	300	6,77	3,94	14,26	133,73
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
ИТОГО		45,44	73,57	156,98	1 331,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Куриное филе в сметанном соусе 100	100	19,61	13,18	5,83	252,53
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		33,67	29,86	123,27	915,55

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010792

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
ИТОГО		24,35	27,42	126,33	834,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофель, запеченный из отварного 230	230	9	7,39	37,3	259,76
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 150	150	12,44	21,58	5,65	220,88
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп из овощей с фасолью 300	300	6,77	3,94	14,26	133,73
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
ИТОГО		45,44	73,57	156,98	1 331,16

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Куриное филе в сметанном соусе 100	100	19,61	13,18	5,83	252,53
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		33,67	29,86	123,27	915,55

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Кукуруза консервированная 70	70	0,25	0,92	7,13	34,45
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		45,36	38,12	84,94	900,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Щи из свежей капусты с картофелем 300	300	4,54	1,88	9,08	84,7
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		54,85	50,92	196,32	1 482,61

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Расстегай с рыбой 100	100	12,57	13,26	29,56	284,41
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		14,06	14,92	69,75	465,22

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сельдь с зелёным горошком и луком 150	150	22,4	19,2	2,5	288,4
Картофельная запеканка с мясом 220	220	41,48	32,01	34,47	639,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		65,08	58,51	101,07	1 224,04

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

МЕНЮ 27.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010791

Дети-сироты техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Кукуруза консервированная 70	70	0,25	0,92	7,13	34,45
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		45,36	38,12	84,94	900,48

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Щи из свежей капусты с картофелем 300	300	4,54	1,88	9,08	84,7
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 150	150	12,88	5,47	12,44	187,56
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		54,85	50,92	196,32	1 482,61

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Расстегай с рыбой 100	100	12,57	13,26	29,56	284,41
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		14,06	14,92	69,75	465,22

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сельдь с зелёным горошком и луком 150	150	22,4	19,2	2,5	288,4
Картофельная запеканка с мясом 220	220	41,48	32,01	34,47	639,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		65,08	58,51	101,07	1 224,04

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

МЕНЮ 26.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010790

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Овощные нагетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Чай 200	200	0,41	0,58	0,2	6,81
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		46,4	27,22	126,1	1 030,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 300	300	16,65	10,76	19,77	271,97
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		48,59	48,28	184,13	1 366,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кекс творожный 100	100	14,87	10,86	53,11	389,71
ИТОГО		15,95	12,14	99,94	591,87

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		31,26	30,27	123,51	896,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____





Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Овощные наггетсы 100	100	7,51	3,32	14,04	137,03
Чай 200	200	0,41	0,58	0,2	6,81
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		46,4	27,22	126,1	1 030,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Салат "Степной" из разных овощей 150	150	13,56	2,52	14	188,12
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Картофель, запеченный дольками 230	230	6,35	5,68	43,48	253,79
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 300	300	16,65	10,76	19,77	271,97
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		48,59	48,28	184,13	1 366,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Кекс творожный 100	100	14,87	10,86	53,11	389,71
ИТОГО		15,95	12,14	99,94	591,87

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 150	150	0,15	1,35	3,53	20,87
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		31,26	30,27	123,51	896,46

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Запеканка из творога 220	220	19,78	44,33	37,44	505,1
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
ИТОГО		44,57	64,8	116,93	1 128,05

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
Кисель из брусники (клубквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Солянка Мясная 300	300	21,2	14,16	10,89	291
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		45,77	42,31	150,09	1 181,53

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Бисквит "Прага" с бананом 100	100	31,52	7,83	52,24	523,96
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		32,6	9,11	99,07	726,12

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 115	115	3,88	3,18	3,94	63,4
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельное пюре 115	115	3,73	2,53	16,76	110,73
Рыба, запеченая в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
ИТОГО		32,75	45,64	115,9	940,91

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 50	50	2,35	0,6	3,85	38,95
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Запеканка из творога 220	220	19,78	44,33	37,44	505,1
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
ИТОГО		44,57	64,8	116,93	1 128,05

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
Кисель из брусники (клюквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Солянка Мясная 300	300	21,2	14,16	10,89	291
Винегрет овощной 150	150	9,57	2,68	12,7	147,65
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		45,77	42,31	150,09	1 181,53

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Бисквит "Прага" с бананом 100	100	31,52	7,83	52,24	523,96
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		32,6	9,11	99,07	726,12

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 115	115	3,88	3,18	3,94	63,4
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Картофельное пюре 115	115	3,73	2,53	16,76	110,73
Рыба, запеченая в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
Маринад овощной 150	150	13,39	2,15	13,61	183,55
ИТОГО		32,75	45,64	115,9	940,91

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		27,19	20,92	108,94	764,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и огурчиками 150	150	12,53	7,65	6,05	167,57
Бефстроганов из говядины 110	110	24,51	16,54	5,84	310,11
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп рисовый 300	300	4,79	3,37	23,16	149,23
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		55,13	57,43	183,22	1 458,77

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		11,31	28,96	47,97	409,51

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рагу из птицы 250	250	8,52	27,06	30,67	307,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
ИТОГО		10,28	40,63	115,94	718,8

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		21,22	7,87	41,13	386,98

Зав. производством: _____

МЕНЮ 24.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010788

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сыр (порциями) 10	10	2,6	2,18	---	32,12
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		27,19	20,92	108,94	764,15

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и огурчиками 150	150	12,53	7,65	6,05	167,57
Бефстроганов из говядины 110	110	24,51	16,54	5,84	310,11
Мясо отварное (говядина) 30	30	6,81	8,45	1,06	99,33
Суп рисовый 300	300	4,79	3,37	23,16	149,23
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		55,13	57,43	183,22	1 458,77

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		11,31	28,96	47,97	409,51

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рагу из птицы 250	250	8,52	27,06	30,67	307,6
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Горошек зеленый консервированный 150	150	0,26	4,37	8,87	55,3
Хлеб пшеничный или батон 75	75	0,9	5,7	36,9	178,5
ИТОГО		10,28	40,63	115,94	718,8

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 53	53	16,22	2,07	33,13	286,78
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		21,22	7,87	41,13	386,98

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010780

Дети-сироты техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Картофельные крокеты 100	100	6,38	3,19	19,96	150,02
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Колбаса (порциями) 25	25	8,05	4,49	0,05	90,61
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
ИТОГО		34,37	27,87	111,32	866,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Лук репчатый или чеснок (порциями) 10	10	0,02	0,13	0,75	3,7
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Птица отварная 30	30	0,7	9,12	0,16	43,42
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 300	300	4,74	3,08	19,12	131,46
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 150	150	33,66	17,21	19,99	451,74
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
ИТОГО		70,18	58,39	177,43	1 574,9

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 270	270	1,08	1,08	24,03	110,16
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Кондитерские изделия 76	76	23,26	2,96	47,5	411,18
ИТОГО		24,34	4,24	94,33	613,34

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Жаркое по-домашнему 250	250	20,48	21,78	34,61	409,88
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 150	150	7,05	1,8	11,55	116,85
ИТОГО		28,86	30,9	106,79	810,5

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 29.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум"
Документ № НФНФ-010786

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум"



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
ИТОГО		10,78	18,22	93,85	545,3

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Солянка из птицы 250	250	11,47	8,93	7,78	170,07
Салат "Обжорка" с мясом 100	100	18,09	7,64	11,99	241,33
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Капуста тушеная со свиной 200	200	15,78	11,02	14,9	245,7
ИТОГО		46,57	35,36	97,79	951,73

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Вареники с картофелем и маслом 200	200	14,64	7,93	48,71	358,32
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		28,44	14,77	76,7	621,84

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		27,44	26,85	99,21	751,2

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 28.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010785

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
ИТОГО		13,51	21,99	114,22	666,43

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Суп из овощей с фасолью 250	250	5,64	3,29	11,88	111,44
ИТОГО		33,49	57,68	139,82	1 091,41

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 100	100	4,7	1,2	7,7	77,9
ИТОГО		34,46	27,14	91,74	785,66

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 28.06.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум"



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010785

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
ИТОГО		13,51	21,99	114,22	666,43

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Суп из овощей с фасолью 250	250	5,64	3,29	11,88	111,44
ИТОГО		33,49	57,68	139,82	1 091,41

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 100	100	4,7	1,2	7,7	77,9
ИТОГО		34,46	27,14	91,74	785,66

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010784

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
ИТОГО		40,49	38,04	86,88	864,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	3,78	1,56	7,53	70,38
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
ИТОГО		45,15	42,35	185,8	1 318,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Расстегай с рыбой 60	60	7,58	8,02	16,93	168,02
ИТОГО		8,63	9,24	47,33	303,95

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Картофельная запеканка с мясом 200	200	37,74	29,11	31,35	581,5
Сельдь с зелёным горошком и луком 100	100	14,93	12,79	1,66	192,17
ИТОГО		53,87	49,3	98,69	1 076,79

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



МЕНЮ 27.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010784

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
ИТОГО		40,49	38,04	86,88	864,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	3,78	1,56	7,53	70,38
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
ИТОГО		45,15	42,35	185,8	1 318,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Расстегай с рыбой 60	60	7,58	8,02	16,93	168,02
ИТОГО		8,63	9,24	47,33	303,95

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Картофельная запеканка с мясом 200	200	37,74	29,11	31,35	581,5
Сельдь с зеленым горошком и луком 100	100	14,93	12,79	1,66	192,17
ИТОГО		53,87	49,3	98,69	1 076,79

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

МЕНЮ 26.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум

Документ № НФНФ-010783

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
ИТОГО		26,92	21,17	113,73	781,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 250	250	13,88	8,96	16,46	226,6
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,39	41,25	146,29	1 104,67

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Кекс творожный 50	50	7,43	5,43	26,55	194,79
ИТОГО		8,07	6,27	63,59	352,07

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
ИТОГО		30,67	26,5	101,77	789,11

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 26.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум

Документ № НФНФ-010783

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
ИТОГО		26,92	21,17	113,73	781,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 250	250	13,88	8,96	16,46	226,6
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,39	41,25	146,29	1 104,67

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Кекс творожный 50	50	7,43	5,43	26,55	194,79
ИТОГО		8,07	6,27	63,59	352,07

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
ИТОГО		30,67	26,5	101,77	789,11

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 25.06.2024



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010782

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Запеканка из творога 200	200	17,98	40,3	34,04	459,18
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		32,49	56,44	114,55	976,37

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
Солянка Мясная 250	250	16,86	11,97	10,38	241,14
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Кисель из брусники (клюквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
ИТОГО		39,53	35,93	124,12	995,97

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Бисквит "Прага" с бананом 50	50	15,76	3,92	26,12	262
ИТОГО		16,4	4,76	63,16	419,28

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 90	90	3,1	2,49	3,07	50,14
Картофельное пюре 90	90	2,92	1,98	13,12	86,68
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Рыба, запеченная в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
ИТОГО		26,28	41,22	92,8	772,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		27,13	18,54	114,7	777,13

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Гуляш из говядины 100	100	17,57	14,64	6,64	243,25
Свекольник 250	250	3,81	1,84	14,57	99,93
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,35	33,11	146,16	1 071,23

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 50	50	6,89	4,29	28,97	195,05
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		15,91	29,66	40,91	425,47

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица запеченная 120	120	5,88	38,31	1,34	211,52
Овощи запеченные 180	180	6,87	4,28	16,35	144,35
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		13,57	48,05	69,2	591,13

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 21.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум"

Документ № НФНФ-010771

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		33,34	36,18	81,85	772,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
Сельдь с луком 100	100	16,12	14,75	0,75	207,08
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Рассольник Ленинградский 250	250	3,93	1,96	13,63	97,73
ИТОГО		43,9	45,85	122	1 066,5

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,42	9,36	55,43	325,94

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Свинина, тушеная с овощами 200	200	19,67	12,04	19,9	304,79
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Кукуруза консервированная 100	100	0,35	1,32	10,19	49,19
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
ИТОГО		22,42	20,84	94,23	662,06

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		13,8	6,84	27,99	263,52

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		34,27	26,47	108,66	848,95

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Суп картофельный 250	250	3,92	1,77	12,94	94,12
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрикадельки мясные 10	10	2,73	2,46	0,38	35,93
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
ИТОГО		34,57	38,99	126	971,09

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Сушка сметанная 50	50	9,26	4,83	36,06	246,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,9	5,67	73,1	404,18

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
ИТОГО		24,22	36,9	96,86	753,02

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		34,27	26,47	108,66	848,95

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Суп картофельный 250	250	3,92	1,77	12,94	94,12
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрикадельки мясные 10	10	2,73	2,46	0,38	35,93
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
ИТОГО		34,57	38,99	126	971,09

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Сушка сметанная 50	50	9,26	4,83	36,06	246,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,9	5,67	73,1	404,18

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
ИТОГО		24,22	36,9	96,86	753,02

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010769

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
ИТОГО		16,52	17,02	107,85	648,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Уха Ростовская 250	250	5,33	6,57	10,8	117,45
ИТОГО		44,81	38,01	148,67	1 150,01

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,21	15,38	75,52	473,49

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Салат из красной фасоли с морковью 100	100	15,47	4,88	17,46	228,59
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		33,23	35,77	132,15	970,75

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
ИТОГО		16,52	17,02	107,85	648,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Уха Ростовская 250	250	5,33	6,57	10,8	117,45
ИТОГО		44,81	38,01	148,67	1 150,01

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,21	15,38	75,52	473,49

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Салат из красной фасоли с морковью 100	100	15,47	4,88	17,46	228,59
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
ИТОГО		33,23	35,77	132,15	970,75

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 18.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010768

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Пудинг творожный запеченный с изюмом 200	200	11,85	33,78	48,06	434,01
ИТОГО		24,27	47,3	129,53	925,75

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Суп с кукурузной крупой 250	250	4,92	2,31	17,52	123,6
Фасоль стручковая запечёная 180	180	6,1	4,97	6,14	99,34
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Котлета Домашняя 100	100	16,56	12,94	16,01	264,84
Салат из картофеля с рыбой 100	100	11,35	9,19	14,38	196,43
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
ИТОГО		42,28	39,26	121,38	1 023,08

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		2,93	4,43	73,07	336,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Рыба, запеченная в молочном соусе 120	120	8,66	20,12	6,19	183,18
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Салат из моркови с сыром и чесноком 100	100	7,23	3,53	7,03	107,31
ИТОГО		22,82	33,6	93,41	713,42

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010767

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Суп молочный с крупой 250	250	5,22	5,73	24,11	166,34
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		18,17	18,44	81,3	562,49

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Овощное соте с морковью 180	180	12,17	3,9	20,64	207,69
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Борщ из свежей капусты с картофелем 250	250	3,77	1,76	11,84	88,33
Биточки рыбные из лососевых 100	100	12,02	16,05	12,44	222,14
ИТОГО		31,65	32,9	112,84	867,81

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

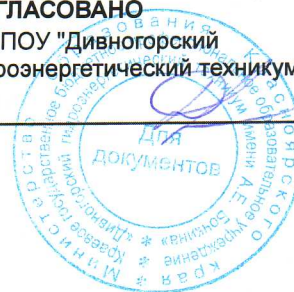
Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Салат Столичный 100	100	15,09	7,78	6,07	191,21
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Говядина, тушеная с черносливом 100	100	18,86	16,13	9,02	270,34
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
ИТОГО		41,07	34,08	92,81	877,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Суп молочный с крупой 250	250	5,22	5,73	24,11	166,34
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		18,17	18,44	81,3	562,49

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Овощное соте с морковью 180	180	12,17	3,9	20,64	207,69
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Борщ из свежей капусты с картофелем 250	250	3,77	1,76	11,84	88,33
Биточки рыбные из лососевых 100	100	12,02	16,05	12,44	222,14
ИТОГО		31,65	32,9	112,84	867,81

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат Столичный 100	100	15,09	7,78	6,07	191,21
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Говядина, тушеная с черносливом 100	100	18,86	16,13	9,02	270,34
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
ИТОГО		41,07	34,08	92,81	877,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 16.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010759

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
ИТОГО		36,42	32,3	85,49	798,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной с кукурузой и горошком 180	180	4,42	4,25	34,79	195,94
Суп картофельный с бобовыми 250	250	4,18	4,47	19,89	135,06
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 110	110	1,32	8,36	54,12	261,8
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
ИТОГО		26,74	47,69	169,08	1 107,74

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
ИТОГО		5,04	20,54	39,74	286,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Печень говяжья по-строгановски 100	100	11,91	13,78	7,12	190,79
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 100	100	8,82	10,16	6,52	146,1
ИТОГО		26,22	39,48	131,8	921,1

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 16.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010759

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
ИТОГО		36,42	32,3	85,49	798,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной с кукурузой и горошком 180	180	4,42	4,25	34,79	195,94
Суп картофельный с бобовыми 250	250	4,18	4,47	19,89	135,06
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 110	110	1,32	8,36	54,12	261,8
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
ИТОГО		26,74	47,69	169,08	1 107,74

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
ИТОГО		5,04	20,54	39,74	286,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Печень говяжья по-строгановски 100	100	11,91	13,78	7,12	190,79
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 100	100	8,82	10,16	6,52	146,1
ИТОГО		26,22	39,48	131,8	921,1

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
ИТОГО		10,78	18,22	93,85	545,3

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Солянка из птицы 250	250	11,47	8,93	7,78	170,07
Салат "Обжорка" с мясом 100	100	18,09	7,64	11,99	241,33
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Капуста тушеная со свиной 200	200	15,78	11,02	14,9	245,7
ИТОГО		46,57	35,36	97,79	951,73

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Вареники с картофелем и маслом 200	200	14,64	7,93	48,71	358,32
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		28,44	14,77	76,7	621,84

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		27,44	26,85	99,21	751,2

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 15.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010758

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
ИТОГО		10,78	18,22	93,85	545,3

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Солянка из птицы 250	250	11,47	8,93	7,78	170,07
Салат "Обжорка" с мясом 100	100	18,09	7,64	11,99	241,33
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Капуста тушеная со свиной 200	200	15,78	11,02	14,9	245,7
ИТОГО		46,57	35,36	97,79	951,73

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Вареники с картофелем и маслом 200	200	14,64	7,93	48,71	358,32
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		28,44	14,77	76,7	621,84

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		27,44	26,85	99,21	751,2

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 14.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010757

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Каша "Боярская" пшеничная молочная жидкая с сухофруктами 200	200	7,49	6,88	34,39	232,49
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
ИТОГО		13,51	21,99	114,22	666,43

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Суп из овощей с фасолью 250	250	5,64	3,29	11,88	111,44
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Печень, запеченная с луком 100	100	8,47	20,96	12,73	210,99
ИТОГО		33,49	57,68	139,82	1 091,41

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Сырники из творога 200	200	11,67	40,02	49,21	461,95
ИТОГО		12,99	42,23	87,07	634,11

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 100	100	4,7	1,2	7,7	77,9
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Куриное филе в сметанном соусе 120	120	23,53	15,8	6,97	302,85
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Каша перловая рассыпчатая с овощами 180	180	5,1	5,26	35,99	210,9
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
ИТОГО		34,46	27,14	91,74	785,66

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 13.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010756

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		40,49	38,04	86,88	864,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	3,78	1,56	7,53	70,38
ИТОГО		45,15	42,35	185,8	1 318,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Расстегай с рыбой 60	60	7,58	8,02	16,93	168,02
ИТОГО		8,63	9,24	47,33	303,95

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сельдь с зелёным горошком и луком 100	100	14,93	12,79	1,66	192,17
Картофельная запеканка с мясом 200	200	37,74	29,11	31,35	581,5
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
ИТОГО		53,87	49,3	98,69	1 076,79

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		40,49	38,04	86,88	864,09

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соус томатный с овощами 50	50	2,3	1,11	5,28	46,26
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
Тефтели мясные с рисом 100	100	21,98	13,33	17,49	321,1
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Щи из свежей капусты с картофелем 250	250	3,78	1,56	7,53	70,38
ИТОГО		45,15	42,35	185,8	1 318,95

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Расстегай с рыбой 60	60	7,58	8,02	16,93	168,02
ИТОГО		8,63	9,24	47,33	303,95

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сельдь с зелёным горошком и луком 100	100	14,93	12,79	1,66	192,17
Картофельная запеканка с мясом 200	200	37,74	29,11	31,35	581,5
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
ИТОГО		53,87	49,3	98,69	1 076,79

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 12.06.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум"



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010755

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Молоко сгущенное 10	10	0,44	0,67	5,02	26,72
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Каша рисовая молочная жидкая 200	200	6,78	5,09	27,97	193,26
Оладьи 50	50	3,79	5,02	21,09	138,55
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
ИТОГО		26,92	21,17	113,73	781,88

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
Котлета куриная 100	100	8,77	16,69	12,29	194,85
Суп картофельный с рыбными консервами 250	250	13,88	8,96	16,46	226,6
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,39	41,25	146,29	1 104,67

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Кекс творожный 50	50	7,43	5,43	26,55	194,79
ИТОГО		8,07	6,27	63,59	352,07

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Сметана 25	25	3,3	0,6	0,82	35,38
Пельмени мясные отварные 200	200	26,25	18,2	34,21	445,89
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
ИТОГО		30,67	26,5	101,77	789,11

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Калории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 11.06.2024

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010754

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Запеканка из творога 200	200	17,98	40,3	34,04	459,18
Хлеб ржаной 50	50	0,6	3,3	16,7	85,4
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		32,49	56,44	114,55	976,37

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
Солянка Мясная 250	250	16,86	11,97	10,38	241,14
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Кисель из брусники (клюквы) 200	200	0,13	0,17	19,55	80,05
Плов по узбекски из говядины 200	200	13,05	14,27	40,3	335,73
ИТОГО		39,53	35,93	124,12	995,97

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Бисквит "Прага" с бананом 50	50	15,76	3,92	26,12	262
ИТОГО		16,4	4,76	63,16	419,28

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фасоль стручковая запечёная 90	90	3,1	2,49	3,07	50,14
Картофельное пюре 90	90	2,92	1,98	13,12	86,68
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Рыба, запеченая в панировке 120	120	9,84	28,16	11,69	247,96
ИТОГО		26,28	41,22	92,8	772,6

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

КГБУ "Центр питания"

МЕНЮ 10.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010753

СОГЛАСОВАНО
КГБПОУ "Дивногорский
гидроэнергетический техникум



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		21,82	18,71	100,68	673,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и огурчиками 100	100	8,35	5,1	4,03	111,67
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Бефстроганов из говядины 100	100	22,28	15,04	5,32	281,96
Суп рисовый 250	250	3,99	2,81	19,3	124,35
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		42,64	42,7	149	1 150,56

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		11,31	28,96	47,97	409,51

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рагу из птицы 200	200	6,77	21,66	24,59	245,93
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
ИТОГО		8,45	33,67	105,33	632,05

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша кукурузная молочная жидкая 200	200	6,83	5,4	27,27	192,15
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
ИТОГО		21,82	18,71	100,68	673,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат из кукурузы с яйцом и огурчиками 100	100	8,35	5,1	4,03	111,67
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Бефстроганов из говядины 100	100	22,28	15,04	5,32	281,96
Суп рисовый 250	250	3,99	2,81	19,3	124,35
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
ИТОГО		42,64	42,7	149	1 150,56

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		11,31	28,96	47,97	409,51

Ужин

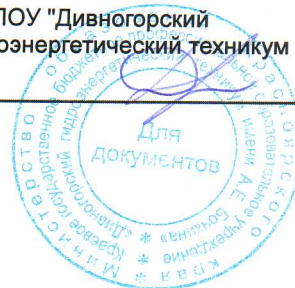
Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рагу из птицы 200	200	6,77	21,66	24,59	245,93
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Хлеб пшеничный или батон 65	65	0,78	4,94	31,98	154,7
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
ИТОГО		8,45	33,67	105,33	632,05

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		20,42	23,03	107,83	707,22

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 100	100	22,44	11,48	13,32	301,16
Птица отварная 10	10	0,23	3,04	0,05	14,43
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 250	250	3,94	2,56	15,92	109,38
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
ИТОГО		57,07	42,23	143,68	1 257,27

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 100	100	4,7	1,2	7,7	77,9
Жаркое по-домашнему 200	200	17,34	18,64	27,82	341,9
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
ИТОГО		23,37	27,26	97,73	710,29

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Каша "Янтарная" из хлопьев овсяных молочная жидкая с яблоками 200	200	7,54	5,73	27,17	199,46
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		20,42	23,03	107,83	707,22

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Рис отварной 180	180	3,51	4,49	45,48	231,47
Салат "Адмирал" из говядины с морковью, сыром и сухариками 100	100	22,44	11,48	13,32	301,16
Птица отварная 10	10	0,23	3,04	0,05	14,43
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Суп с макаронными изделиями и зеленым горошком 250	250	3,94	2,56	15,92	109,38
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
ИТОГО		57,07	42,23	143,68	1 257,27

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Икра кабачковая (баклажанная) промышленного производства 100	100	4,7	1,2	7,7	77,9
Жаркое по-домашнему 200	200	17,34	18,64	27,82	341,9
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
ИТОГО		23,37	27,26	97,73	710,29

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
Баранки, сушки, бублики 40	40	0,52	4,16	25,68	124,04
ИТОГО		5,52	9,96	33,68	224,24

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		27,13	18,54	114,7	777,13

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Гуляш из говядины 100	100	17,57	14,64	6,64	243,25
Свекольник 250	250	3,81	1,84	14,57	99,93
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,35	33,11	146,16	1 071,23

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 50	50	6,89	4,29	28,97	195,05
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		15,91	29,66	40,91	425,47

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица запеченная 120	120	5,88	38,31	1,34	211,52
Овощи запеченные 180	180	6,87	4,28	16,35	144,35
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		13,57	48,05	69,2	591,13

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 08.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010742

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Каша "Рябчик" рисово-гречневая молочная жидкая 200	200	6,85	5,86	29,54	203,25
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		27,13	18,54	114,7	777,13

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Картофель, запеченный дольками 180	180	4,94	4,45	34,02	198,34
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Гуляш из говядины 100	100	17,57	14,64	6,64	243,25
Свекольник 250	250	3,81	1,84	14,57	99,93
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Салат "Степной" из разных овощей 100	100	9,04	1,69	9,36	125,56
ИТОГО		39,35	33,11	146,16	1 071,23

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Коржик молочный 50	50	6,89	4,29	28,97	195,05
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
ИТОГО		15,91	29,66	40,91	425,47

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Птица запеченая 120	120	5,88	38,31	1,34	211,52
Овощи запеченые 180	180	6,87	4,28	16,35	144,35
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		13,57	48,05	69,2	591,13

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		33,34	36,18	81,85	772,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
Сельдь с луком 100	100	16,12	14,75	0,75	207,08
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Рассольник Ленинградский 250	250	3,93	1,96	13,63	97,73
ИТОГО		43,9	45,85	122	1 066,5

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,42	9,36	55,43	325,94

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Свинина, тушеная с овощами 200	200	19,67	12,04	19,9	304,79
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Кукуруза консервированная 100	100	0,35	1,32	10,19	49,19
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
ИТОГО		22,42	20,84	94,23	662,06

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		13,8	6,84	27,99	263,52

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Омлет натуральный 200	200	21,09	15,26	4,93	270,57
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
ИТОГО		33,34	36,18	81,85	772,18

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Котлета Особая 100	100	14,65	15,23	14,83	252,09
Сельдь с луком 100	100	16,12	14,75	0,75	207,08
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Рассольник Ленинградский 250	250	3,93	1,96	13,63	97,73
ИТОГО		43,9	45,85	122	1 066,5

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
ПИРОЖОК печеный из дрожжевого теста с ливерным фаршем 60	60	6,78	8,52	18,39	168,66
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		7,42	9,36	55,43	325,94

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Свинина, тушенная с овощами 200	200	19,67	12,04	19,9	304,79
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Кукуруза консервированная 100	100	0,35	1,32	10,19	49,19
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Напиток из облепихи 200	200	1,2	0,28	21,26	96,96
ИТОГО		22,42	20,84	94,23	662,06

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		13,8	6,84	27,99	263,52

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		34,27	26,47	108,66	848,95

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Суп картофельный 250	250	3,92	1,77	12,94	94,12
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрикадельки мясные 10	10	2,73	2,46	0,38	35,93
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
ИТОГО		34,57	38,99	126	971,09

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Сушка сметанная 50	50	9,26	4,83	36,06	246,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,9	5,67	73,1	404,18

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
ИТОГО		24,22	36,9	96,86	753,02

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кофейный напиток с молоком 200	200	4,18	7,27	22,71	157,54
Хлеб ржаной 60	60	0,72	3,96	20,04	102,48
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
Каша ячневая молочная жидкая 200	200	6,97	6,14	27,35	196,69
Сыр (порциями) 22	22	5,72	4,8	---	70,68
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
ИТОГО		34,27	26,47	108,66	848,95

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Плов из свинины 200	200	18,35	12,63	41,07	379,95
Салат из кукурузы с яйцом и кальмарами 100	100	8,29	14,38	3,77	147,21
Суп картофельный 250	250	3,92	1,77	12,94	94,12
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Фрикадельки мясные 10	10	2,73	2,46	0,38	35,93
Компот из изюма 200	200	0,08	0,55	24,96	102,76
ИТОГО		34,57	38,99	126	971,09

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Сушка сметанная 50	50	9,26	4,83	36,06	246,9
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,9	5,67	73,1	404,18

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Салат из свеклы с сыром и чесноком 100	100	8,62	3,64	8,27	125,22
Поджарка из рыбы 120	120	7,59	22,13	9,72	195,71
Компот из свежих ягод и плодов 200	200	0,16	0,24	18,39	75,96
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Картофель, запеченный из отварного 180	180	7,01	5,77	29,2	202,97
ИТОГО		24,22	36,9	96,86	753,02

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
ИТОГО		16,52	17,02	107,85	648,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Уха Ростовская 250	250	5,33	6,57	10,8	117,45
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
ИТОГО		44,81	38,01	148,67	1 150,01

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,21	15,38	75,52	473,49

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Салат из красной фасоли с морковью 100	100	15,47	4,88	17,46	228,59
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		33,23	35,77	132,15	970,75

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Чай с сахаром 200	200	0,41	0,58	16,16	70,65
Каша "Дружба" рисово-пшеничная молочная жидкая 200	200	7,41	6,41	33,74	227,29
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
ИТОГО		16,52	17,02	107,85	648,16

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Уха Ростовская 250	250	5,33	6,57	10,8	117,45
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Поджарка из свинины 100	100	25,59	13,22	7,64	313,75
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Винегрет овощной 130	130	8,29	2,32	11,01	127,93
ИТОГО		44,81	38,01	148,67	1 150,01

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Блинчики с ягодной начинкой 110	110	6,95	9,07	52,04	306,99
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		12,21	15,38	75,52	473,49

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Каша гречневая рассыпчатая 180	180	7,5	8,88	38,94	258,78
Салат из красной фасоли с морковью 100	100	15,47	4,88	17,46	228,59
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Напиток из шиповника 200	200	0,06	1,12	31,35	130,42
Сердце (Печень) в соусе сметанном с томатом и луком 100	100	9,24	15,11	9,78	182,72
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		33,23	35,77	132,15	970,75

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____





Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Молоко сгущенное 30	30	1,32	2,01	15,06	80,16
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 70	70	0,84	5,32	34,44	166,6
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Пудинг творожный запеченный с изюмом 200	200	11,85	33,78	48,06	434,01
ИТОГО		24,27	47,3	129,53	925,75

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Суп с кукурузной крупой 250	250	4,92	2,31	17,52	123,6
Фасоль стручковая запечёная 180	180	6,1	4,97	6,14	99,34
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Компот из смеси сухофруктов 200	200	---	0,49	27,44	111,72
Котлета Домашняя 100	100	16,56	12,94	16,01	264,84
Салат из картофеля с рыбой 100	100	11,35	9,19	14,38	196,43
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
ИТОГО		42,28	39,26	121,38	1 023,08

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Слойка с повидлом 85	85	2,29	3,59	36,03	179,09
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		2,93	4,43	73,07	336,37

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисель из смородины 200	200	0,13	0,22	19,33	79,37
Рыба, запеченная в молочном соусе 120	120	8,66	20,12	6,19	183,18
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Салат из моркови с сыром и чесноком 100	100	7,23	3,53	7,03	107,31
ИТОГО		22,82	33,6	93,41	713,42

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 03.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010901

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Суп молочный с крупой 250	250	5,22	5,73	24,11	166,34
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		18,17	18,44	81,3	562,49

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Овощное соте с морковью 180	180	12,17	3,9	20,64	207,69
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Борщ из свежей капусты с картофелем 250	250	3,77	1,76	11,84	88,33
Биточки рыбные из лососевых 100	100	12,02	16,05	12,44	222,14
ИТОГО		31,65	32,9	112,84	867,81

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Говядина, тушенная с черносливом 100	100	18,86	16,13	9,02	270,34
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Салат Столичный 100	100	15,09	7,78	6,07	191,21
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
ИТОГО		41,07	34,08	92,81	877,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010901

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Суп молочный с крупой 250	250	5,22	5,73	24,11	166,34
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
ИТОГО		18,17	18,44	81,3	562,49

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
Овощное соте с морковью 180	180	12,17	3,9	20,64	207,69
Овощное ассорти 15 (помидоры соленые, огурцы соленые) 100	100	0,1	0,9	2,35	13,9
Борщ из свежей капусты с картофелем 250	250	3,77	1,76	11,84	88,33
Биточки рыбные из лососевых 100	100	12,02	16,05	12,44	222,14
ИТОГО		31,65	32,9	112,84	867,81

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
ИТОГО		9,82	2,01	55,79	319,58

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с лимоном или апельсином 200	200	0,41	0,62	16,3	71,37
Говядина, тушеная с черносливом 100	100	18,86	16,13	9,02	270,34
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 30	30	0,36	2,28	14,76	71,4
Салат Столичный 100	100	15,09	7,78	6,07	191,21
Каша перловая рассыпчатая 180	180	5,99	5,29	36,64	221,63
ИТОГО		41,07	34,08	92,81	877,19

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

МЕНЮ 02.06.2024

КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум"

Документ № НФНФ-010736

Дети с ОВЗ техникумы



Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		36,42	32,3	85,49	798,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Суп картофельный с бобовыми 250	250	4,18	4,47	19,89	135,06
Рис отварной с кукурузой и горошком 180	180	4,42	4,25	34,79	195,94
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб пшеничный или батон 110	110	1,32	8,36	54,12	261,8
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
ИТОГО		26,74	47,69	169,08	1 107,74

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
ИТОГО		5,04	20,54	39,74	286,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 100	100	8,82	10,16	6,52	146,1
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Печень говяжья по-строгановски 100	100	11,91	13,78	7,12	190,79
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		26,22	39,48	131,8	921,1

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Чай с молоком 200	200	2,76	3,46	18,48	112,6
Омлет с сыром 200	200	24,96	18,51	4,32	315,96
Масло сливочное (порциями) 11	11	7,02	0,09	0,13	64,06
Хлеб ржаной 40	40	0,48	2,64	13,36	68,32
Хлеб пшеничный или батон 100	100	1,2	7,6	49,2	238
ИТОГО		36,42	32,3	85,49	798,94

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Компот из свежих ягод 200	200	0,12	0,27	22,34	91,52
Суп картофельный с бобовыми 250	250	4,18	4,47	19,89	135,06
Рис отварной с кукурузой и горошком 180	180	4,42	4,25	34,79	195,94
Рыба, запеченная под маринадом 120	120	13,41	19,99	8,29	233,81
Хлеб пшеничный или батон 110	110	1,32	8,36	54,12	261,8
Хлеб ржаной 70	70	0,84	4,62	23,38	119,56
Горошек зеленый консервированный 100	100	0,18	2,91	5,92	36,94
Мясо отварное (говядина) 10	10	2,27	2,82	0,35	33,11
ИТОГО		26,74	47,69	169,08	1 107,74

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Творожная масса в мелкоштучной упаковке 100	100	4,4	19,7	2,7	129,2
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
ИТОГО		5,04	20,54	39,74	286,48

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Салат "Золотая рыбка" из рыбы с овощами и яйцом 100	100	8,82	10,16	6,52	146,1
Макаронные изделия отварные 180	180	4,52	9,16	56,88	304,84
Компот Витаминный 200	200	0,01	0,6	26,66	109,13
Печень говяжья по-строгановски 100	100	11,91	13,78	7,12	190,79
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		26,22	39,48	131,8	921,1

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____



КГБПОУ "Дивногорский гидроэнергетический техникум
Документ № НФНФ-010735

Дети с ОВЗ техникумы

Завтрак

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Какао с молоком 200	200	4,85	6,18	19,1	144,77
Хлеб ржаной 20	20	0,24	1,32	6,68	34,16
Фрукты 160	160	0,64	0,64	14,24	65,28
Каша пшеничная молочная жидкая 200	200	4,57	7,04	34,15	205,89
Хлеб пшеничный или батон 40	40	0,48	3,04	19,68	95,2
ИТОГО		10,78	18,22	93,85	545,3

Обед

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Солянка из птицы 250	250	11,47	8,93	7,78	170,07
Капуста тушеная со свиной 200	200	15,78	11,02	14,9	245,7
Компот из кураги 200	200	0,15	1,23	23,58	100,59
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Хлеб пшеничный или батон 60	60	0,72	4,56	29,52	142,8
Салат "Обжорка" с мясом 100	100	18,09	7,64	11,99	241,33
ИТОГО		46,57	35,36	97,79	951,73

Полдник

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кондитерские изделия 30	30	9,18	1,17	18,75	162,3
Вареники с картофелем и маслом 200	200	14,64	7,93	48,71	358,32
Молоко 200	200	4,62	5,67	9,24	101,22
ИТОГО		28,44	14,77	76,7	621,84

Ужин

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Хлеб ржаной 30	30	0,36	1,98	10,02	51,24
Маринад овощной 100	100	8,93	1,43	9,08	122,41
Картофельное пюре 180	180	5,84	3,95	26,24	173,32
Соки овощные, фруктовые и ягодные 200	200	---	0,2	22,8	92
Рыба тушеная в сметанном соусе 120	120	11,71	15,49	6,47	193,23
Хлеб пшеничный или батон 50	50	0,6	3,8	24,6	119
ИТОГО		27,44	26,85	99,21	751,2

Ужин2

Наименование блюда	Выход блюда	Жиры	Белки	Углеводы	Каллории
Кисломолочный напиток 200	200	5	5,8	8	100,2
ИТОГО		5	5,8	8	100,2

Зав. производством: _____

