



Утверждаю:
Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
аграрно-политехнический колледж
Викторович О.Н.
2022г.

МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 1 (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ценность
Завтрак					
Гуляш из мяса птицы	100	12,8	18,8	29,5	199,5
Рис отварной	180	4,32	5,22	34,92	234,00
Компот из сухофруктов	200	0,8	0,12	26,5	92,26
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		26,82	26,74	149,72	787,76
Обед					
Салат из свеклы.	100	1,66	4,18	8,19	77,1
Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,4	4,5	18,6	141
Биточки куриные	100	10,6	20	21,2	224
Макароны отварные	200	4,94	8,9	50,08	300,18
Напиток "Витошка" с витаминами.	200	0,1	0,1	19	80
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Хлеб пшеничный	50	5,6	2,1	37,8	192
		32,6	40,28	175,87	1007,18
Всего за день :		59,42	67,02	325,59	1794,94

Заведующая столовой :

Савельева С.В.

Утверждаю:
 Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
 аграрно-политехнический колледж
 Викторovich О.Н.
 2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 2 (вторник)

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г.		
Завтрак						
Тефтели из говядины 60/50	110	7,9	7,1	8,7	134	
Греча рассыпчатая	180	8,95	6,73	43,00	276,53	
Напиток апельсиновый	200	0,09	0,01	25,46	94,58	
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70	
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192	
		25,84	16,44	135,96	767,11	
Обед						
Рассольник ленинградский	250	7,1	7,1	16,89	156,75	
Филе птицы тушен.в соусе.	100	11,78	11,6	3,08	162,39	
Каша перловая рассыпч.	180	5,13	6,21	41,13	242	
Компот свежих плодов."С"	200	0,1	0,1	26,5	108	
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70	
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192	
		33,01	27,61	146,4	931,14	
Всего за день :		58,85	44,05	282,36	1698,25	

Заведующая столовой :

Савельева

Савельева С.В.

Утверждаю:

Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
аграрно-политехнический колледж

Викторович О.Н.

2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 3 (среда)

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г.	Углеводы,г.	ценность
Завтрак					
Котлета рыбная	100	12,8	6,8	15,9	179
Пюре картофельное	200	4,08	6,4	27,26	183
Напиток из цикория	200	0,2	0	3	15
Сыр порционнo	20	4,64	5,9	0	72,8
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		30,62	21,7	104,96	711,8
Обед					
Салат из моркови	250	1,9	10,2	6,3	124
Щи из свежей капусты с картофелем.	100	3,3	4,8	9,8	120
Ежики из говядины 60/50	180	7,9	7,1	8,7	134
Рис отварной	200	4,32	5,22	34,92	234,00
Кисель Витошка с витаминами	30	0,1	0,1	24	95
Хлеб ржаной	50	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной		5,6	2,1	37,8	192
		26,42	30,02	142,52	969
Всего за день :		57,04	51,72	247,48	1680,8

Заведующая столовой :

Савельева С.В.

Утверждаю:
 Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
 аграрно-политехнический колледж
 Викторovich О.Н.
 2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 4 (четверг)

Наименование блюда	Выход		Химический состав		Энергетическая ценность
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г.	
Завтрак					
Плов (говядина)	230	19,6	18,5	0,62	247,38
Чай с сахаром	200	0,2	0	14,7	28
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		28,7	21,1	74,12	537,38
Обед					
Борщ с капустой , картофелем	250	1,625	4,4	10,75	136
Биточки рыбные	100	12,8	6,8	15,9	179
Пюре картофельное	200	4,08	6,4	27,26	183
Напиток апельсиновый	200	0,09	0,01	25,46	94,58
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
Фрукт (яблоко)	100	4	0,4	9,8	58,8
		31,495	20,61	147,97	913,38
Всего за день :		60,195	41,71	222,09	1450,76

Заведующая столовой :

Сав

Савельева С.В.

Утверждаю:
Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
аграрно-политехнический колледж
Викторович О.Н.
« 07 » 09 2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 5 (пятница)

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г.	
Завтрак					
Биточки куриные	100	10,6	20	21,2	224
Макароны отварные	200	4,94	8,9	50,08	300,18
Напиток лимонный	200	0,09	0,01	25,46	94,58
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		24,53	31,51	155,54	880,76
Обед					
Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	8	4,72	9,02	118,58
Гуляш из мяса птицы	100	12,8	18,8	29,5	199,5
Греча рассыпчатая	180	8,95	6,73	43,00	276,53
Отвар шиповника	200	0,54	0,22	15,72	75,76
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		39,19	33,07	156,04	932,37
Всего за день :		63,72	64,58	311,58	1813,13

Заведующая столовой :

Сав

Савельева С.В.

Утверждаю:
 Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
 аграрно-политехнический колледж
 Викторovich О.Н.
 2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 6 (понедельник)

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г.	ценность
Завтрак					
Филе птицы тушенное в соусе томатном	135	17,7	14,6	4,7	221
Рис отварной	180	4,32	5,22	34,92	234,00
Чай с сахаром	200	0,2	0	14,7	28
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		31,12	22,42	113,12	745
Обед					
Салат из свеклы.	100	1,66	4,18	8,19	77,1
Суп картофельный (горох)	250	6,4	4,5	18,6	141
Котлеты куриные	100	10,6	20	21,2	224
Макароны отварные	200	4,94	8,9	50,08	300,18
Напиток Витошка с вит.	200	0,1	0,1	19	80
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		32,6	40,28	175,87	1007,18
Всего за день :		63,72	62,7	288,99	1752,18

Заведующая столовой :

Савельева

Савельева С.В.

Утверждаю:
 Директор ГПОУ ЯО Пошехонский
 аграрно-политехнический колледж
 Викторович О.Н.
 «02» ноября 2022г.



МЕНЮ

12-18 лет (завтрак, обед) льготное питание

ДЕНЬ 7 (вторник)

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность
	Нетто,г.	Белки,г.	Жиры,г	Углеводы,г.	
Завтрак					
Сырники из творога сметана	110	18,69	12,67	17,1	234
Напиток из цитрусовых	30	0,78	4,5	1,08	48
Хлеб ржаной	200	0,09	0,01	25,46	94,58
Батон нарезной	30	3,3	0,5	21	70
	50	5,6	2,1	37,8	192
		28,46	19,78	102,44	638,58
Обед					
Рассольник ленинградский	250	7,1	7,1	16,89	156,75
Печень тушеная в соусе	100	13,5	9,2	18,6	159
Каша пшенная рассыпчатая	180	7,90	5,26	42,32	256,45
Напиток свежих плодов."С"	200	0,1	0,1	26,5	108
Хлеб ржаной	30	3,3	0,5	21	70
Батон нарезной	50	5,6	2,1	37,8	192
		37,5	24,26	163,11	942,2
Всего за день :		65,96	44,04	265,55	1580,78

Заведующая столовой :

Савельева

Савельева С.В.