

Директор
ГАПОУ «Ленинградский аграрно-промышленный техникум»

В.И. Ибраева

Директор
ИП «Смирнов И.А.»

И.А. Смирнов



МЕНЮ

« ___ » _____ 2022

Студенты сироты

Понедельник

День 1 :

Неделя:

Первая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250 | 16,07 | 10,10 | 3,30 | 16,00 | 137,7 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/10/7 | 3,90 | 0,10 | 0,00 | 9,90 | 41,0 |
| 2011 | 1 | БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 40/10 | 8,90 | 5,10 | 11,40 | 24,60 | 227,8 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 50 | 8,00 | 3,80 | 4,90 | 27,20 | 172,7 |
| Итого за прием пищи: | | | 552 | 36,87 | 19,10 | 19,60 | 77,70 | 579,16 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 14,40 | 0,90 | 0,20 | 17,80 | 78,5 |
| 1996 | 701 | СОБИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 35,00 | 12,00 | 13,40 | 32,90 | 308,7 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 100 | 27,20 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 76,60 | 13,70 | 13,80 | 58,20 | 423,13 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 100 | 14,00 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 11,2 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ) | 250 | 9,51 | 5,70 | 5,40 | 38,90 | 233,1 |
| 2011 | 143 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ | 180 | 27,33 | 4,20 | 9,10 | 58,70 | 342,5 |
| 2011 | 290 | СОРОКА КУРИНЫЕ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ | 100/30 | 36,53 | 21,40 | 16,30 | 21,80 | 328,7 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 190/10 | 2,30 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2,00 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 42,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 880 | 91,67 | 33,40 | 31,10 | 139,30 | 997,30 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | 256 | СВИНИНА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 100/30 | 59,65 | 7,60 | 11,60 | 5,10 | 160,0 |
| 2011 | 171.1 | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 11,08 | 5,90 | 5,00 | 42,30 | 244,1 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 4,75 | 0,10 | 0,10 | 12,10 | 51,0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 60 | 3,30 | 3,80 | 2,40 | 18,40 | 113,3 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 82,78 | 20,10 | 19,50 | 94,90 | 652,85 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 91,10 | 90,00 | 388,50 | 2 803,36 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |



Директор
 «Санкт-Петербургский агропромышленный техникум»
 В.И. Ибраева

Директор
 ИП Смирнов И.А.
 И.А. Смирнов



М Е Н Ю

« _____ » 2022

Студенты сироты

Вторник

День 2 :

Неделя:

Первая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 295 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 100 | 28,55 | 10,60 | 10,90 | 11,40 | 191,6 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 7,75 | 6,50 | 5,80 | 41,40 | 250,3 |
| 2008 | 364 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 30 | 1,40 | 0,50 | 2,90 | 2,20 | 38,0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 44,50 | 20,50 | 20,10 | 87,00 | 627,68 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ | 60 | 20,00 | 12,80 | 13,30 | 34,90 | 319,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 37,80 | 13,40 | 13,80 | 59,70 | 428,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 47 | САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 11,90 | 1,60 | 5,10 | 8,20 | 87,6 |
| 2011 | 88 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С | 250 | 23,04 | 7,10 | 6,50 | 39,40 | 251,1 |
| 2011 | 244 | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ | 240 | 67,53 | 20,30 | 23,10 | 49,20 | 499,8 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 7,28 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 79,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 830 | 113,75 | 31,70 | 35,10 | 133,20 | 1 002,52 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | 230 | РЫБА ЖАРЕНАЯ (МИНТАЙ) | 100 | 63,50 | 7,80 | 11,30 | 3,70 | 152,2 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ | 200 | 19,95 | 4,20 | 5,40 | 28,50 | 184,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 2,30 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 2,12 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 91,87 | 21,00 | 21,10 | 89,50 | 649,28 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 91,40 | 96,10 | 387,80 | 2 858,45 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

В.И. Ибраева

Директор
ИП Смирнов И.А.

Смирнов

МЕНЮ

« ___ » _____ 2022

Студенты сироты

Среда

Первая

День 3 :

Неделя:

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 169 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250 | 17,14 | 7,20 | 6,20 | 17,20 | 157,7 |
| 2011 | 382 | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 12,50 | 4,80 | 5,10 | 24,40 | 167,2 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/30 | 25,36 | 8,30 | 10,00 | 24,50 | 227,5 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 4,80 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 127,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 59,80 | 22,60 | 24,20 | 88,40 | 680,16 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | 701 | КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 40,00 | 12,70 | 12,90 | 35,20 | 316,4 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 57,80 | 13,30 | 13,40 | 60,00 | 425,15 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 100 | 11,37 | 1,40 | 6,10 | 8,30 | 96,5 |
| 2011 | 96 | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ | 250 | 12,40 | 2,20 | 5,20 | 36,40 | 206,6 |
| 2008 | 239 | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ | 100 | 42,02 | 22,00 | 14,50 | 26,70 | 334,5 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 18,18 | 3,80 | 5,30 | 25,70 | 170,2 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 5,04 | 0,20 | 0,00 | 23,10 | 95,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 850 | 93,01 | 32,30 | 31,50 | 137,20 | 987,90 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | 267 | ШПИЦЕЛЬ КУРИЦЫ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 38,78 | 7,50 | 13,20 | 9,00 | 190,4 |
| 2011 | 305 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 10,73 | 6,80 | 5,40 | 30,30 | 202,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200/10 | 2,30 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,8 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,08 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,50 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 61,39 | 23,30 | 23,00 | 96,60 | 705,49 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | ЙОГУРТ | 200 | 53,00 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 53,00 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 96,30 | 98,10 | 400,60 | 2 949,62 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

В.И. Ибраева

(подпись)

Директор
ИП Смирнов И.А.

И.А. Смирнов

МЕНЮ

« ___ » _____

2022

Студенты сироты

Четверг

Первая



День 4 :

Неделя:

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | 180/20 | 45,13 | 22,40 | 22,90 | 50,10 | 510,2 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 150 | 22,50 | 0,60 | 0,60 | 14,70 | 68,3 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 70,43 | 23,20 | 23,60 | 79,80 | 641,78 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | 695 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 65 | 25,00 | 10,60 | 12,50 | 25,40 | 263,9 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 14,40 | 0,90 | 0,20 | 17,80 | 78,5 |
| 2008 | | БАНАН | 150 | 25,50 | 2,30 | 0,80 | 31,50 | 146,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 395 | 64,90 | 13,80 | 13,50 | 74,70 | 488,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 100 | 13,21 | 3,60 | 10,20 | 7,80 | 141,6 |
| 2011 | 82 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО | 250 | 13,78 | 2,00 | 5,80 | 12,70 | 114,2 |
| 2011 | 255 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 100 | 31,59 | 12,50 | 8,60 | 23,60 | 228,0 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 12,23 | 10,20 | 6,70 | 45,90 | 292,3 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 6,15 | 0,10 | 0,10 | 26,40 | 109,6 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 875 | 80,96 | 31,10 | 31,80 | 133,40 | 970,19 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 305 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ СВИНИНЫ | 280 | 57,23 | 10,80 | 15,80 | 19,00 | 269,1 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/10/7 | 3,90 | 0,10 | 0,00 | 9,90 | 41,0 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,50 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 582 | 71,63 | 20,50 | 20,20 | 80,70 | 602,78 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 93,40 | 95,10 | 387,00 | 2 854,07 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»


В.И. Ибраева
(подпись)



И.А. Смирнов

МЕНЮ

« ___ » _____ 2022

Студенты сироты

День 5 : Пятница
Неделя: Первая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 401 | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ | 180/30 | 18,74 | 13,40 | 13,80 | 87,20 | 540,8 |
| 2008 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК | 200 | 10,25 | 4,30 | 4,40 | 20,10 | 141,0 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 140 | 21,00 | 0,60 | 0,60 | 13,70 | 64,2 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 49,99 | 18,30 | 18,80 | 121,00 | 745,97 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ | 60 | 15,00 | 12,80 | 12,40 | 36,10 | 315,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/10 | 2,30 | 0,00 | 0,00 | 9,70 | 39,8 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 100 | 27,20 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 44,50 | 13,60 | 12,60 | 53,30 | 391,47 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2011 | 47 | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 11,90 | 1,60 | 5,10 | 8,20 | 87,6 |
| 2008 | 92 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ СВЕЖЕЙ | 250 | 18,30 | 5,30 | 3,70 | 39,40 | 217,7 |
| 1997 | 474 | КОТЛЕТА ОСОБАЯ | 100 | 45,53 | 18,00 | 21,20 | 14,90 | 332,1 |
| 2011 | 305 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 8,98 | 6,10 | 3,60 | 45,20 | 243,8 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 5,68 | 0,00 | 0,00 | 8,70 | 35,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 850 | 94,39 | 33,70 | 34,00 | 133,40 | 1 001,31 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 60 | 25,68 | 0,50 | 0,10 | 1,50 | 9,1 |
| 2011 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 250 | 58,64 | 13,30 | 17,80 | 32,00 | 351,3 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 5,60 | 0,20 | 0,00 | 25,70 | 106,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,12 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 99,04 | 23,00 | 22,30 | 106,80 | 739,57 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 93,40 | 93,70 | 432,90 | 3 029,24 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
 ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

 (подпись) В.И. Ибраева



И.А. Смирнов

МЕНЮ

« _____ » _____ 2022

Студенты сироты

Суббота

День 6 :

Неделя:

Первая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ | 250 | 13,19 | 11,30 | 6,60 | 42,40 | 281,6 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/25 | 21,86 | 5,10 | 9,90 | 8,40 | 147,4 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 4,40 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 64,5 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 30 | 4,80 | 2,30 | 2,90 | 22,30 | 127,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 552 | 44,25 | 19,00 | 19,50 | 88,30 | 621,28 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 14,40 | 0,90 | 0,20 | 17,80 | 78,5 |
| 1996 | 701 | СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 35,00 | 12,00 | 13,40 | 32,90 | 308,7 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 380 | 64,40 | 13,30 | 14,00 | 60,50 | 432,78 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 8,40 | 0,50 | 0,10 | 1,00 | 7,1 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЫ ИЛИ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,51 | 18,40 | 18,60 | 49,80 | 452,6 |
| 2008 | 305 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ СВИНИНЫ СО СМЕТАНОЙ | 240 | 50,04 | 9,80 | 13,50 | 18,30 | 240,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| Итого за прием пищи: | | | 800 | 75,75 | 32,20 | 32,70 | 105,30 | 867,86 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 271 | ШНИЦЕЛЬ НАТУРАЛЬНЫЙ РУБЛЕННЫЙ | 100 | 83,36 | 2,80 | 4,70 | 1,70 | 62,2 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 7,75 | 6,50 | 5,70 | 41,40 | 249,4 |
| 2008 | 304 | СОУС ТОМАТНЫЙ №364 | 50 | 2,34 | 0,90 | 4,90 | 3,60 | 64,0 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,50 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 625 | 105,75 | 19,40 | 19,80 | 109,30 | 711,81 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,82 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 88,40 | 90,60 | 383,30 | 2 776,55 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

(подпись)

В.И. Ибраева



Директор
И.А. Смирнов

И.А. Смирнов

МЕНЮ

« ____ »

2022

Студенты сироты

Понедельник

День 8 :

Неделя:

Вторая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 295 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 100 | 28,55 | 10,60 | 10,90 | 11,40 | 191,6 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 7,75 | 6,50 | 5,80 | 41,40 | 250,3 |
| 2008 | 304 | СОУС ТОМАТНЫЙ №304 | 50 | 2,34 | 0,90 | 4,90 | 3,60 | 64,0 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 4,40 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 64,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 577 | 47,04 | 21,00 | 22,10 | 88,60 | 654,89 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | 701 | КОТЛЕТА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ | 100 | 40,00 | 12,70 | 12,90 | 35,20 | 316,4 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 400 | 57,80 | 13,30 | 13,40 | 60,00 | 425,15 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 30 | САЛАТ "СТЕПНОЙ" | 100 | 13,21 | 3,60 | 10,20 | 7,80 | 141,6 |
| 2011 | 101 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС) | 250 | 10,55 | 14,60 | 2,90 | 28,70 | 204,5 |
| 2008 | 254 | СОСИКИ ОТВАРНЫЕ | 50 | 28,05 | 5,60 | 12,20 | 0,20 | 137,2 |
| 2008 | 346 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 26,45 | 5,10 | 5,70 | 33,60 | 211,7 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 5,04 | 0,20 | 0,00 | 23,10 | 95,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 820 | 87,30 | 31,80 | 31,40 | 110,40 | 875,04 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 261 | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 100/50 | 53,33 | 5,30 | 11,80 | 0,30 | 132,7 |
| 2011 | 305 | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 8,98 | 6,10 | 3,60 | 45,20 | 243,8 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 8,68 | 0,20 | 0,20 | 17,00 | 72,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОГ | 50 | 4,87 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 79,86 | 20,60 | 20,00 | 110,10 | 721,87 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | ЙОГУРТ | 200 | 53,00 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 53,00 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 91,50 | 92,90 | 387,50 | 2 827,87 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»
В.И. Ибраева

(подпись)

Директор
ИП Смирнов И.А.
И.А. Смирнов

(подпись)

МЕНЮ

«___» _____ 2022

Студенты сироты

Вторник

День 9 :

Неделя:

Вторая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 120 | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250 | 23,31 | 5,70 | 2,90 | 38,20 | 207,0 |
| 2011 | 209 | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ | 40 | 12,00 | 7,70 | 6,20 | 0,40 | 90,9 |
| 2008 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35/10 | 8,35 | 4,50 | 11,00 | 21,50 | 208,9 |
| 2011 | 378 | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ | 150/50/15 | 6,40 | 1,50 | 1,20 | 17,10 | 87,4 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 50,06 | 19,40 | 21,30 | 77,20 | 594,15 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | 695 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 65 | 25,00 | 10,60 | 12,50 | 25,40 | 263,9 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 16,00 | 1,00 | 0,20 | 19,80 | 87,1 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 365 | 56,00 | 12,00 | 13,10 | 55,00 | 396,53 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 8,40 | 0,50 | 0,10 | 1,00 | 7,1 |
| 2011 | 99 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 33,80 | 14,10 | 13,60 | 42,60 | 359,0 |
| 2011 | 259 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ | 220 | 51,60 | 11,70 | 15,69 | 28,60 | 311,1 |
| 2008 | 438 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 200 | 6,15 | 0,10 | 0,10 | 26,40 | 109,6 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 3,30 | 3,80 | 2,40 | 18,40 | 113,3 |
| Итого за прием пищи: | | | 800 | 107,25 | 32,90 | 32,29 | 134,00 | 984,59 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ | 70/30 | 50,69 | 4,70 | 12,20 | 1,60 | 139,3 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 200 | 8,62 | 7,10 | 6,50 | 42,10 | 262,2 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 8,65 | 0,20 | 0,20 | 17,00 | 72,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 3,85 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 76,84 | 21,60 | 23,30 | 112,50 | 766,50 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,82 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 90,40 | 94,59 | 398,60 | 2 884,59 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

В.И. Ибраева

(подпись)

Директор
И.А. Смирнов И.А.

И.А. Смирнов

МЕНЮ

« ____ » _____ 2022

Студенты сироты

Среда

Вторая

День 10 :

Неделя:

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|--------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 210 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ | 200 | 35,79 | 18,00 | 17,40 | 23,60 | 332,4 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,50 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 100 | 27,20 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 71,29 | 25,30 | 21,70 | 76,70 | 620,01 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 451 | ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ | 60 | 15,00 | 12,80 | 12,40 | 36,10 | 315,8 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 360 | 32,80 | 13,40 | 12,90 | 60,90 | 424,60 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 100 | 11,37 | 1,40 | 6,10 | 8,30 | 96,5 |
| 2011 | 102 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ | 250 | 9,51 | 5,70 | 5,40 | 38,90 | 233,1 |
| 2008 | 265 | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ ИЗ СВИНИНЫ | 220 | 61,67 | 21,30 | 21,35 | 47,60 | 481,0 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 7,28 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 79,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 810 | 93,83 | 31,10 | 33,25 | 131,20 | 974,66 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 228 | РЫБА (МИНТАЙ) ПРИПУЩЕННАЯ СОУС | 100 | 61,03 | 7,90 | 12,60 | 0,80 | 152,9 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ | 200 | 19,95 | 4,20 | 5,40 | 28,50 | 184,3 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 3,45 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 92,23 | 21,90 | 22,50 | 96,10 | 693,05 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,82 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 96,20 | 94,95 | 384,80 | 2 855,14 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»
В.И. Ибраева
(подпись)

Директор
ИП Смирнов И.А.
(подпись)

И.А. Смирнов

МЕНЮ

«___» _____ 2022

Студенты сироты

День 11 :

Четверг

Неделя:

Вторая

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 134 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250 | 20,56 | 9,70 | 7,20 | 21,70 | 195,7 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/15 | 14,88 | 9,30 | 8,10 | 24,50 | 213,9 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 45 | 7,20 | 3,40 | 4,40 | 33,50 | 192,2 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 45,44 | 22,60 | 19,80 | 94,70 | 665,07 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 453 | ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 75 | 25,00 | 10,60 | 12,50 | 25,40 | 263,9 |
| 2008 | 431 | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ | 185/15/7 | 4,40 | 0,30 | 0,10 | 15,20 | 64,5 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 382 | 44,40 | 11,30 | 13,00 | 50,40 | 373,87 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 4,20 | 0,20 | 0,00 | 0,50 | 2,9 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ | 250 | 19,12 | 15,30 | 12,20 | 53,90 | 397,2 |
| 2011 | 267 | ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ | 100 | 38,78 | 9,50 | 13,20 | 9,00 | 198,6 |
| 2011 | 312 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 18,18 | 3,80 | 5,30 | 25,70 | 170,2 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 200 | 5,60 | 0,20 | 0,00 | 25,70 | 106,2 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 800 | 89,88 | 31,70 | 31,10 | 131,80 | 959,58 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 80 | 34,28 | 0,60 | 0,10 | 2,00 | 11,6 |
| 2011 | 251 | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ | 220 | 56,52 | 9,20 | 17,30 | 18,20 | 273,2 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 200 | 7,28 | 0,00 | 0,00 | 19,40 | 79,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 5,12 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 108,20 | 19,40 | 21,80 | 91,40 | 657,02 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | РЯЖЕНКА | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 37,08 | 4,80 | 6,00 | 18,40 | 150,92 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 89,80 | 91,70 | 386,70 | 2 806,46 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

В.И. Ибраева

(подпись)

Директор
ИП «Смирнов И.А.»

И.А. Смирнов

(подпись)

МЕНЮ

«___» _____ 2022

Студенты сироты

День 12 :

Пятница

Неделя:

Вторая

| Сборник рецептов | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200 | 12,20 | 12,60 | 8,30 | 45,30 | 314,6 |
| 2008 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 40/25 | 21,86 | 5,10 | 9,90 | 8,40 | 147,4 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ЯБЛОКО | 100 | 15,00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 45,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 565 | 51,86 | 18,30 | 18,70 | 78,50 | 570,79 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 1996 | 695 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 65 | 25,00 | 10,60 | 12,50 | 25,40 | 263,9 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 14,40 | 0,90 | 0,20 | 17,80 | 78,5 |
| 2008 | | БАНАН | 150 | 25,50 | 2,30 | 0,80 | 31,50 | 146,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 395 | 64,90 | 13,80 | 13,50 | 74,70 | 488,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 30 | 4,20 | 0,20 | 0,00 | 0,50 | 2,9 |
| 2011 | 99 | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ | 250 | 11,32 | 1,80 | 5,10 | 10,80 | 99,1 |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 7,75 | 6,50 | 5,80 | 41,40 | 250,3 |
| 2008 | 283 | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ | 100/5 | 30,18 | 19,90 | 20,10 | 41,10 | 437,0 |
| 2008 | 436 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | 180 | 5,04 | 0,20 | 0,00 | 23,10 | 95,5 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 685 | 62,49 | 31,30 | 31,40 | 133,90 | 969,34 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 1 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 100 | 42,88 | 0,80 | 0,10 | 2,50 | 14,5 |
| 2011 | 139 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ | 150/50 | 50,49 | 10,50 | 18,60 | 12,20 | 266,1 |
| 2011 | 342.1 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ | 200 | 8,68 | 0,20 | 0,20 | 17,00 | 72,4 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 50 | 5,00 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| 2008 | | БАТОН | 50 | 3,85 | 6,30 | 4,00 | 30,60 | 188,5 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 110,90 | 21,10 | 23,30 | 83,50 | 645,55 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,82 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 89,00 | 91,50 | 390,50 | 2 816,90 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |

Директор
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»
_____ В.И. Ибраева
(подпись)

Директор
ИП Смирнов И.А.
_____ И.А. Смирнов
(подпись)

МЕНЮ

« ____ » _____ 2022

Студенты сироты

Суббота

День 13 :

Неделя:

Вторая

| Сборник рецептур | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-----------|--------------------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2011 | 309 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200/5 | 8,96 | 10,20 | 5,50 | 45,70 | 280,3 |
| 2012 | 349 | СОУС ТОМАТНЫЙ С ОВОЩАМИ №349 | 50 | 2,53 | 0,20 | 2,00 | 1,10 | 23,9 |
| 2008 | 254 | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ | 50 | 28,05 | 5,60 | 12,20 | 0,20 | 137,2 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 45 | 3,85 | 3,30 | 0,40 | 21,20 | 104,2 |
| Итого за прием пищи: | | | 550 | 46,19 | 19,50 | 20,20 | 83,20 | 608,93 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 453 | БАТРУШКА С ПОВИДЛОМ | 75 | 25,00 | 10,60 | 12,50 | 25,40 | 263,9 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 14,40 | 0,90 | 0,20 | 17,80 | 78,5 |
| 2008 | | МАНДАРИН | 100 | 27,20 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 35,9 |
| Итого за прием пищи: | | | 355 | 66,60 | 12,30 | 12,90 | 50,70 | 378,27 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 100 | 11,37 | 1,40 | 6,10 | 8,30 | 96,5 |
| 2011 | 121 | СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОМ | 250 | 14,98 | 8,20 | 8,90 | 32,10 | 248,0 |
| 2008 | 141 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 20,14 | 10,30 | 5,90 | 64,30 | 360,7 |
| 2011 | 295 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ | 100 | 28,55 | 10,60 | 10,90 | 11,40 | 191,6 |
| 2011 | 349 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ | 180 | 5,65 | 0,00 | 0,00 | 8,70 | 35,7 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 2,00 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 42,0 |
| Итого за прием пищи: | | | 830 | 82,72 | 31,80 | 32,00 | 133,30 | 974,51 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2011 | 250 | БЕФСТРОГАНОВ ИЗ СВИНИНЫ | 150 | 72,31 | 5,40 | 12,30 | 0,30 | 137,8 |
| 2008 | 323 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180 | 12,23 | 10,20 | 6,70 | 45,90 | 292,3 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 40 | 4,00 | 2,70 | 0,40 | 17,00 | 84,5 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 185/15 | 2,80 | 0,20 | 0,10 | 15,00 | 63,3 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 3,30 | 3,80 | 2,40 | 18,40 | 113,3 |
| Итого за прием пищи: | | | 600 | 94,64 | 22,30 | 21,90 | 96,60 | 691,16 |
| II Ужин | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,8 |
| Итого за прием пищи: | | | 200 | 34,85 | 4,50 | 4,60 | 19,90 | 142,82 |
| Всего за день: | | | | 325,00 | 90,40 | 91,60 | 383,70 | 2 795,69 |
| Сбалансированность: | | | | 0,00 | 1 | 1 | 4 | |