

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 15 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (огурец)	100	7-05	0,7	0,14	2,1	11,9	54-2з
2	Рассольник Ленинградский	250	10-33	5,9	7,25	17,02	160,25	54-3с
3	Гуляш	100	37-14	16,3	15,9	3,87	206,25	54-2м
4	Рис припущенный	180	14-48	3,6	4,9	35,7	200,8	54-7г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	920	75-00	32,4	29,09	104,89	798,9	

Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический Техникум

Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 16 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Зеленый горошек	60	8-12	1,7	0,1	3,5	22,1	54-20з
2	Свекольник со сметаной	250	11-65	1,8	4,43	11	91,2	54-18с
3	Биточек из курицы, соус красный основной	85/20	40-19	16,5	4,07	13,2	154,7	54-23м 54-3 соус
4	Макароны отварные	180	9-04	5,5	4,9	33,4	200,7	54-1г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	885	75-00	31,1	14,4	106,6	664,5	

Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 17 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке(помидор)	100	14-10	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп гороховый	250	10-98	6,85	4,7	16,7	136,4	138/1996
3	Жаркое по-домашнему из курицы	250	40-11	25,42	6,35	18,04	231,3	394/1996
4	Компот из смеси сухофруктов	200	6-90	0,5	0	19,8	81	54-1хн
5	Хлеб ржаной	30	1-20	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-71	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	890	75-00	39,12	12,05	96,49	654,15	

Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУ ЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.



Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 18 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Салат из свеклы отварной	100	6-25	0,85	2,88	4,9	48,6	54-13з
2	Щи из свежей капусты со сметаной	250	10-80	4,73	5,74	5,8	94,5	54-1с
3	Котлета рыбная любительская (минтай)	100	33-71	12,8	4,1	6,1	112,3	54-14р
4	Картофельное пюре	180	16-50	3,2	5,3	20,1	142,1	54-11г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-87	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-97	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	920	75-00	27,48	18,92	83,1	617,2	

Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 19 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Салат из белокочанной капусты	100	7-39	2,6	6,5	6,6	91,4	54-7э
2	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	11-03	5,33	2,87	18,96	122,59	54-7с
3	Котлета из курицы, соус красный основной	85/200	40-19	16,5	4,07	12,43	154,6	54-5м 54-3соус
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	12-67	8,46	6,42	36,72	238,3	54-4г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	925	75-00	38,69	20,76	120,7	825,49	


Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

 Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

 Архиповский М.В.


Меню

От 22 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Салат из моркови и яблок	100	7-49	0,6	6,5	4,6	79,1	54-11з
2	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	10-93	4,8	5,08	10,3	113,1	54-2с
3	Котлета из курицы, соус красный основной	85/20	40-19	16,5	4,07	12,43	154,6	54-5м 54-3соус
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	12-67	8,46	6,42	36,72	238,3	54-4г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гнг
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	925	75-00	36,46	22,97	123,35	857,9	

Зав.производством

 Смык Т.Н.

Согласовано:
Директор ГПОУЯО
Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.

Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.


Меню

От 23 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке(огурец)	100	8-23	0,7	0,14	2,1	11,9	54-2з
2	Бульон куриный с гречками	250	7-54	12	8,9	20	207,8	584с/2012
3	Биточек из говядины	100	46-51	17,32	16,6	15,7	279,9	54-6м
4	Макароны отварные	180	9-04	5,5	4,9	33,4	200,7	54-1г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-06	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	920	75-00	41,32	31,44	117,2	918,9	

Зав.производством




Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум


Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель


Архиповский М.В.

Меню

От 24 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептов
1	Овощи свежие в нарезке(помидор)	100	14-10	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп картофельный с рыбой(минтай)	250	14-79	8,58	2,7	14,9	118,2	54-20с
3	Жаркое по-домашнему из курицы	250	40-11	25,4	6,4	18,04	231,3	54-28м
4	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
5	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	890	75-00	40,63	10,1	81,59	582,85	

Зав.производством


Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.

Меню

От 25 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Салат из свеклы отварной	100	6-25	0,85	2,88	4,9	48,6	54-13з
2	Суп овощной	250	8-34	1,45	3,8	8,3	73	54-17с
3	Биточек из курицы, соус красный основной	85/20	40-19	16,5	4,07	13,2	154,7	54-23м 54-3соус
4	Картофельное пюре	150	16-50	3,2	5,2	19,78	139,4	54-11г
5	Чай с сахаром	200	1-62	0,2	0	6,5	26,8	54-2гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	925	75-00	33,2	17,95	121,7	782,8	

Зав.производством


Смык Т.Н.

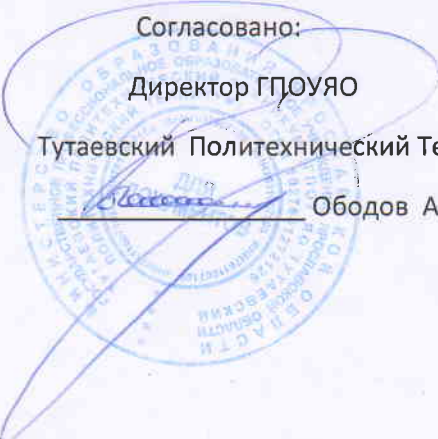
Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Согласовано:
Директор ГПОУЯО
Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.



Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 26 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Кукуруза сахарная	60	9-16	1,2	0,2	6,1	31,3	54-21з
2	Бульон куриный с гренками	250	7-54	12	8,9	20	207,8	584с/2012
3	Котлета рыбная любительская(минтай)	100	30-34	14,2	2,6	8,6	114,2	54-3р
4	Картофельное пюре	180	16-50	3,2	5,3	20,1	142,1	54-11г
5	Напиток Витошка с витаминами	200	9-60	0	0	6	4	пром
6	Хлеб ржаной	30	0-76	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	880	75-00	36,2	17,9	100,3	691,2	

Зав.производством



Смык Т.Н.

Согласовано:

Директор ГПОУЯО

Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.

Меню

От 29 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке (огурец)	100	7-05	0,7	0,14	2,1	11,9	54-2э
2	Рассольник Ленинградский	250	10-33	5,9	7,25	17,02	160,25	54-3с
3	Гуляш	100	37-14	16,3	15,9	3,87	206,25	54-2м
4	Рис припущенный	180	14-48	3,6	4,9	35,7	200,8	54-7г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	920	75-00	32,4	29,09	104,89	798,9	

Зав.производством

Смык Т.Н.

Согласовано:
Директор ГПОУЯО
Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.



Утверждаю:
Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 30 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Зеленый горошек	60	8-12	1,7	0,1	3,5	22,1	54-20з
2	Свекольник со сметаной	250	11-65	1,8	4,43	11	91,2	54-18с
3	Биточек из курицы , соус красный основной	85/20	40-19	16,5	4,07	13,2	154,7	54-23м 54-3 соус
4	Макароны отварные	180	9-04	5,5	4,9	33,4	200,7	54-1г
5	Чай с сахаром и лимоном	200	3-90	0,3	0	6,7	27,9	54-3гн
6	Хлеб ржаной	30	1-00	2	0,4	10	51,2	пром
7	Хлеб пшеничный	60	1-10	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	885	75-00	31,1	14,4	106,6	664,5	

Зав.производством

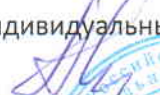


Смык Т.Н.

Согласовано:
Директор ГПОУЯО
Тутаевский Политехнический техникум

Ободов А.Н.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Архиповский М.В.



Меню

От 31 января 2024 г.

	Обед	Выход	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	Сборник рецептур
1	Овощи свежие в нарезке(помидор)	100	14-10	0,75	0,1	2,45	13,65	54-3з
2	Суп гороховый	250	10-98	6,85	4,7	16,7	136,4	138/1996
3	Жаркое по-домашнему из курицы	250	40-11	25,42	6,35	18,04	231,3	394/1996
4	Компот из смеси сухофруктов	200	6-90	0,5	0	19,8	81	54-1хн
5	Хлеб ржаной	30	1-20	2	0,4	10	51,2	пром
6	Хлеб пшеничный	60	1-71	3,6	0,5	29,5	140,6	пром
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ:	890	75-00	39,12	12,05	96,49	654,15	

Зав.производством



Смык Т.Н.