



В.С. Часовикина

МЕНЮ 22 апреля 2024г.

Неделя: первая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 15 лет и старше



Согласовано:
Насырова Е.И.
Директор БУ "Нижегородского педагогического колледжа"

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe			
	Понедельник															
	Завтрак															
257	Каша молочная геркулес с маслом сливочным	300/10	5,21	12,20	21,12	160,52	0,16	0,00	0,02	28,00	50,00	11,00	1,40			
97	Сыр твердый порционнно	30	6,9	8,7	0	108	0,01	0,32	0,05	200,00	108,00	10,00	0,22			
337	Йогурт стоголовое вареное	40	5,1	4,6	0,28	62	0,25	0,00	0,90	193,00	725,00	42,00	8,90			
693	Чай с сахаром, с лимоном	200	0,2	0	13,6	54	0	2,2	0	16,00	8	6	0,8			
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,43	23,30	115,50	0,08	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	0,93			
	ИТОГО:		21,21	25,93	58,3	500,02	0,50	2,52	0,97	448,50	933,00	85,50	12,25			
	Обед															
43	Огурчик свежий порционно	50	0,48	0,06	1,56	8,40	0,02	6,00	0,00	13,80	25,20	8,40	0,36			
137	Суп картофельный с рыбными консервами	25/250	8,01	4,4	10,5	155,3	0,23	12	0	37,00	54,76	36,5	1,2			
508	Каша рассыпчатая гречневая	200	5,04	7,00	22,20	182,40	0,14	0,00	0,00	25,20	100,80	37,20	1,26			
437	Гуляш из говядины	50/50	8,2	8	4	120	0,2	1,1	0	19	28,50	17	1,4			
691	Компот из изюма	200	0,4	0	27,4	106	0,01	0,40	0,00	89,00	8,00	5,90	0,30			
779	Булочка молочная	50	4,7	1,1	28,5	148	0,08	0,00	0,00	10,16	14,33	4,30	0,33			
	Хлеб пшеничный	2/30	4,56	0,52	25	138,6	0,064	0	0	9,2	33,6	13,2	0,75			
	Хлеб ржаной	2/30	4,26	0,66	22,56	116,86	0,11	0,00	0,00	23,46	111,76	33,55	0,99			
	ИТОГО:		35,65	21,74	141,72	975,56	0,85	19,50	0,00	226,82	376,95	156,05	6,59			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		56,86	47,67	200,02	1475,58	1,35	22,02	0,97	675,32	1309,95	241,55	18,84			

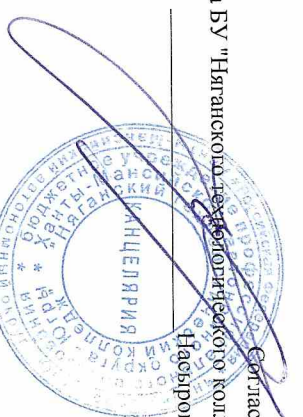
Зав. столовой _____ Жилецкая А.А.



Утверждаю:
Директор ООО «Русскомилект Пит»
В.С. Часовитин

МЕНЮ

23 апреля 2024г.

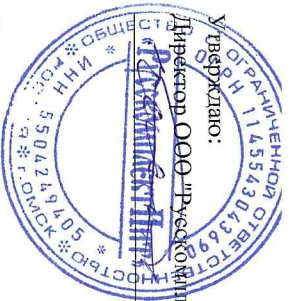


Согласовано:
Директора ВУ "Наганского государственного колледжа"
Часырова Е.И.

Неделя: вторая
Сезон: весна-лето
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)												
			Белки	Жиры	Углеводы		B ₁	C	A	Ca	P	Mg	Fe						
	Вторник																		
	Завтрак																		
727	Оладьи со ступенным молоком	150/30	1,5	14,85	105,15	507	0,23	0,60	0,03	34,00	180,00	48,00	1,90						
693	Какао с молоком	200	4,90	5,00	32,50	190,00	0,06	1,80	0,03	154,00	124,00	24,00	0,90						
	Конфета шоколадная	16	0,43	1,73	2,58	63,80	0,00	0,00	0,00	0,93	0,42	0,00	0,04						
	ИТОГО:		6,83	21,58	140,23	760,8	0,29	2,40	0,06	188,93	304,42	72,00	2,84						
	Обед																		
43	Сельдь с луком маслом	50/20/10	17,00	8,50	11,50	184,00	0,00	0,00	0,00	80,00	236,00	40,00	0,70						
133	Пи из свежей капусты с картофелем, с говья	25/250	2,25	5,87	8,87	89,05	0,04	16,40	0,00	52,00	148,00	20,00	0,60						
520	Картофельное пюре	200	3,78	8,10	29,20	196,20	0,20	8,08	0,00	60,84	123,21	38,34	1,40						
388	Котлеты куринные	100/5	19,6	6,8	4,2	160	0,03	0,32	0,01	21,86	50,2	8,34	0,16						
705	Напиток из пшеничника	200	0,4	0	29,2	94		110	0	14,00	20,72	4	4,2						
	Хлеб пшеничный	2/30	4,56	0,52	25	138,6	0,064	0	0	9,2	33,6	13,2	0,75						
	Хлеб ржаной	2/30	4,26	0,66	22,56	116,86	0,11	0,00	0,00	23,46	111,76	33,55	0,99						
	ИТОГО:		51,85	30,45	130,53	978,71	0,44	134,80	0,01	261,36	723,49	157,43	8,80						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		58,68	52,03	270,76	1739,51	0,73	137,20	0,07	450,29	1027,91	229,43	11,64						

Зав. столовой _____ Жилецкая А.А.



Утверждено:
Директор ООО "Ресурсы Проект Лиг"
В.С. Часовитин

МЕНЮ

24 апреля 2024г.

Неделя: вторая

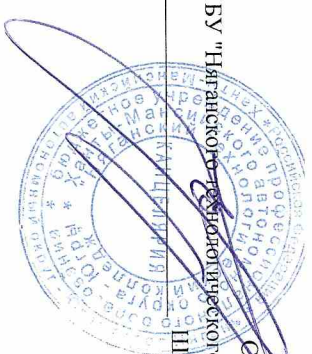
Сезон: весна - лето

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)								
			Белки	Жиры	Углеводы		В ₁	С	А	Са	Р	Мg	Fe	Ca	Р	Мg	Fe				
	Среда																				
	Завтрак																				
302	Каша молочная пшеница с маслом сливочн	300/10	5,10	4,20	32,85	185,00	0,16	0,00	0,02	28,00	50,00	11,00	1,40								
97	Сыр твердый порционн	30	6,9	8,7	0	108	0,01	0,32	0,05	200	108,00	10	0,22								
692	Кофейный напиток	200	3,8	4	25,8	150	0,04	1	0,02	124	116	22	0,8								
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,43	23,30	115,50	0,08	0,00	0,00	11,50	42,00	16,50	0,93								
	ИТОГО:		19,6	17,33	81,95	558,5	0,29	1,32	0,09	363,50	316,00	59,50	3,35								
	Обед																				
89	Салат из свежих овощей	150	6,26	19,5	22,76	192,5	0,05	40,00	0,00	37,50	140,00	88,33	0,67								
134	Суп крестьянский с крупной с курицей	25/250	6,80	7,40	14,40	189,00	0,08	7,50	0,02	25,00	180,00	20,00	0,90								
298	Гороховое пюре	200	4,72	5,81	24,20	156,84	0,05	66,00	0,00	19,20	88,80	42,00	0,96								
487	Птица отварная	100/5	11,9	8,9	12,07	183	0,2	1,1	0	19,00	28,50	17	1,4								
638	Компот из сухофруктов	200	0,4	0	23,00	130	0,01	0,40	0,00	89,00	8,00	5,90	0,30								
	Хлеб пшеничный	2/30	4,56	0,52	25	138,6	0,064	0	0	9,2	33,6	13,2	0,75								
	Хлеб ржаной	2/30	4,26	0,66	22,56	116,86	0,11	0,00	0,00	23,46	111,76	33,55	0,99								
	ИТОГО:		38,896	42,788	143,99	1106,8	0,56	115,00	0,02	222,36	590,66	219,98	5,97								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		58,496	60,118	225,944	1665,3	0,85	116,32	0,11	585,86	906,66	279,48	9,32								

Зав. столовой _____

Жиделкава А.А.



Согласовано:
и.о. Директора БУ "Научно-исследовательского колледжа"
Штепина М.Г.



Учреждение:
 Директор ООО "Русский проект" Литт
 В.С. Часовитин

МЕНЮ

25 апреля 2024г.

Составлено:
 и.о. Директора БУ "Национального государственного колледжа"
 Штепина М.Г.

Неделя: вторник
 Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рел.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe					
	Четверг																	
	Завтрак																	
302	Каша молочная рисовая	300/10	5,12	6,78	32,61	215,25	0,02	0,00	0,00	7,60	8,30	2,30	0,20					
96	Масло сливочное порционно	30	0,015	13,95	0,09	115,5	0,005	0	0,03	0,6	0,95	0,02	0,01					
692	Кофейный напиток	200	3,8	4	25,8	150	0,04	1	0,02	124	116	22	0,8					
779	Булочка молочная	50	4,70	1,10	28,50	148,00	0,08	0,00	0,04	1016,00	42,00	16,50	0,93					
	ИТОГО:		13,635	25,83	87,00	628,75	0,15	1,00	0,09	1148,20	167,25	40,82	1,94					
	Обед																	
78	Икра кабачковая	100	1,40	5,40	9,00	94,00	0,03	24,40	0,00	32,00	30,00	13,00	0,80					
133	Суп картофельный с гречневой крупой, гов	25/250	7,1	4,6	18,10	147	0,11	9,60	0,00	33,20	49,20	35,40	1,24					
362	Запеканка творожная со сметаной	150/30	24,7	17,6	21,2	348	0,08	0,4	0,09	227	315	34	0,9					
693	Чай с сахаром	200	2,8	3,2	4,70	61	0,04	1,30	0,03	120,00	90,00	14,00	0,06					
	Фрукты	150	0,6	0,45	14,25	63	0,02	5,00	0,00	19,00	16,00	12,00	2,30					
	Хлеб пшеничный	2/30	4,56	0,52	25	138,6	0,064	0	0	9,2	33,6	13,2	0,75					
	Хлеб ржаной	2/30	4,26	0,66	22,56	116,86	0,11	0,00	0,00	23,46	111,76	33,55	0,99					
	ИТОГО:		45,42	32,43	114,81	968,46	0,45	40,70	0,12	463,86	645,56	155,15	7,04					
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		59,055	58,26	201,81	1597,21	0,60	41,70	0,21	1612,06	812,81	195,97	8,98					

Зав. столовой _____
 Жиделка А.А.



Утвержденный отбор жидкой смеси
 Директор ООО "Русскомплект Лит"
 В.С. Часовиткин

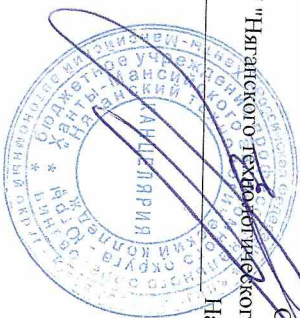
МЕНЮ

27 апреля 2024г.

Неделя: вторник

Сезон: весна-лето

Возрастная категория: 15 лет и старше



Согласовано:
 Директор БУ "Наганского технического колледжа"
 Насырова Е.И.

№ рец.	Наименование блюда	Выход, г	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)						
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Са	Р	Мг	Fe				
	Суббота																
	Завтрак																
	Сосиска в тесте	100	11,00	6,90	20,00	275,00	6,49	0,00	0,02	8,14	22,00	12,60	0,01				
	Фрукты	150	0,60	0,45	14,25	63,00	0,02	5,00	0,00	19,00	16,00	12,00	2,30				
	Конфета шоколадная	16	0,43	1,73	2,58	63,8	0,00	0,00	0,00	0,93	0,42	0,00	0,04				
	ИТОГО:		12,03	9,08	36,83	401,80	6,51	5,00	0,02	28,07	38,42	24,60	2,35				
	Обед																
17	Салат из свежей капусты с огурцом, зелены	150	6,26	19,50	22,76	192,50	0,05	40,00	0,00	37,50	140,00	88,33	0,67				
133	Борщ с фасолью,картофелем, с говядиной	25/250	3,12	4,72	8,56	138	0,16	5,36	0	44,80	66,30	25,6	1,16				
541	Каша ячневая рассыпчатая	200	5,8	7	41,6	258	0,06	0,00	0,00	38,00	202,00	14,00	1,20				
437	Гуляш из говядины	50/50	8,2	8	4	120	0,2	1,1	0	19	28,50	17	1,4				
	Напиток лимонный	200	0,1	0	24,2	93	0,00	0,02	2,00	6,00	2,00	2,00	0,10				
	Хлеб пшеничный	2/30	4,56	0,52	25	138,6	0,064	0	0	9,2	33,6	13,2	0,75				
	Хлеб ржаной	2/30	4,26	0,66	22,56	116,86	0,11	0,00	0,00	23,46	111,76	33,55	0,99				
	ИТОГО:		32,3	40,4	148,68	1056,96	0,64	46,48	2,00	177,96	584,16	193,68	6,27				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		44,33	49,48	185,51	1458,76	7,15	51,48	2,02	206,03	622,58	218,28	8,62				

Зав. столовой _____ Жиделцкая А.А.