

Утверждаю:
 директор ГАПОУ СО «Нижнетагильский
 педагогический колледж №2»

И.А.Старцева



МЕНЮ
1 неделя

| День недели | Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход, Г | Цена, Руб |
|-------------|------------------|-------|----------|--------|---|----------|-----------|
| | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | | |
| Понедельник | 11.39 | 22.36 | 11.94 | 295 | Тефтели из говядины и свинины (рис, лук, м/р, томат, перец) | 70/50 | 47.00 |
| | 4.32 | 6.71 | 29.37 | 234.59 | Картофельное пюре | 200 | 25.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Вторник | 26.54 | 32.89 | 1.17 | 406 | Кура жареная | 60 | 52.00 |
| | 3.48 | 2.42 | 21.91 | 121 | Макароны отварные | 200 | 20-00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Среда | 13.21 | 6.4 | 0 | 110 | Бифштекс натуральный рубленый | 50 | 50.00 |
| | 3.11 | 4.87 | 15.87 | 137 | Картофельное пюре | 100 | 13.00 |
| | 2.96 | 4.97 | 11.57 | 108 | Капуста тушеная | 100 | 9.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Четверг | 26.17 | 4.8 | 0.44 | 149 | Филе тушеное в соусе | 60/50 | 52.00 |
| | 2.46 | 3.58 | 22,67 | 139 | Рис отварной | 200 | 20.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Пятница | 17.92 | 11.28 | 10.59 | 215 | Руллет мясной с луком и яйцом | 70 | 47.00 |
| | 4.32 | 6.71 | 29.37 | 234.59 | Картофельное пюре | 200 | 25.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Суббота | 26.54 | 32.89 | 1.17 | 406 | Кура жареная | 60 | 52.00 |
| | 3.48 | 2.42 | 21.91 | 121 | Макароны отварные | 200 | 20-00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |

Утверждаю:
 директор ГАПОУ СО «Нижнетагильский
 педагогический колледж №2»

И.А.Старцева



МЕНЮ
2 неделя

| День недели | Пищевая ценность | | | | Наименование блюда | Выход, Г | Цена, Руб |
|-------------|------------------|-------|----------|--------|-------------------------------|----------|-----------|
| | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | | | |
| Понедельник | 12.6 | 16.32 | 0.54 | 199 | Котлета натуральна из куры | 50 | 47.00 |
| | 4.32 | 6.71 | 29.37 | 234.59 | Картофельное пюре | 200 | 25.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Вторник | 26.17 | 4.8 | 0.44 | 149 | Филе тушеное в соусе | 60/50 | 52.00 |
| | 8.62 | 6.13 | 42.37 | 263 | Каша гречневая рассыпчатая | 200 | 20-00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Среда | 13.21 | 6.4 | 0 | 110 | Бифштекс натуральный рубленый | 50 | 50.00 |
| | 3.11 | 4.87 | 15.87 | 137 | Картофельное пюре | 100 | 13.00 |
| | 2.96 | 4.97 | 11.57 | 108 | Капуста тушеная | 100 | 9.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Четверг | 26.54 | 32.89 | 1.17 | 406 | Кура жареная | 60 | 52.00 |
| | 3.48 | 2.42 | 21.91 | 121 | Макароны отварные | 200 | 20-00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Пятница | 17.92 | 11.28 | 10.59 | 215 | Руллет мясной с луком и яйцом | 70 | 47.00 |
| | 4.32 | 6.71 | 29.37 | 234.59 | Картофельное пюре | 200 | 25.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |
| Суббота | 26.17 | 4.8 | 0.44 | 149 | Филе тушеное в соусе | 60/50 | 52.00 |
| | 2.46 | 3.58 | 22,67 | 139 | Рис отварной | 200 | 20.00 |
| | 1 | 0 | 24 | 104 | Сок в коробочке | 200 | 18.00 |
| | 4.78 | 2.02 | 28.73 | 153 | Булочка | 50 | 5.00 |
| | 0 | 0 | 0 | 0 | Упаковка под второе | | 5.00 |