

УТВЕРЖДАЮ
И.О.Директор МОГАПОУ

Горный техникум

Навлов Е.В.



МЕНЮ

на 18.09.2025

Завтрак

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Каша геркулес молочная с маслом	250/5	320	31,14р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	6,27р.
Масло сливочное	20	149,6	23,97р.
Батон нарезной	50	104,8	12,00р.
Сырок творожный	100	149	36,46р.
	ИТОГО:	764,4	109,85р.

Обед

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Суп гороховый с говядиной	300/30	242	56,50р.
Котлета рыбная	120	329	58,67р.
Пюре картофельное с маслом	230/5	215	33,23р.
Салат из свеклы	100	110	13,12р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	8,00р.
Компот из сухофруктов	200	110	6,94р.
Яблоко свежее	250	118,6	63,90р.
0	0		
	ИТОГО:	1450,3	240,36р.
	Всего за завтрак и обед		350,21р.

Ужин

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Голубцы ленивые с соусом	180/30	332	88,16р.
Лечо к/с	70	35	15,13р.
Какао с молоком	200	93	18,49р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	10,67р.
Напиток кисломолочный Кефир	200	168,5	48,00р.
Вафли	30	101,47	15,87р.
	ИТОГО:	1055,67	196,32р.
	Всего за день:	3270,37	546,52р.

Калькулятор

Кропивка А.Н.

Зав. производством

Е.Н. Стригулина