

УТВЕРЖДАЮ

И.О.Директора

МОГАПОУ Горный техникум

Стригулина Е.Н.



МЕНЮ

на 29.10.2025

Завтрак

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Омлет натуральный с сосиской отварной	116/5/60	252	49,76р.
Зелёный горошек	50	17,5	14,71р.
Масло сливочное	20	149,6	23,71р.
Чай с молоком	200	69	10,11р.
Батон нарезной	40	104,8	12,00р.
	ИТОГО:	592,9	110,30р.

Обед

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Суп куриный с домашней лапшой	300/30	255	40,95р.
Курица запеченая	100	497	93,34р.
Рис отварной с маслом	200/5	241	18,31р.
Помидоры в с/с	70	50	12,52р.
Компот из ягод с/м	200	68	8,41р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	7,38р.
Апельсины	200	92	59,12р.
0	0		0,00р.
	ИТОГО:	1528,7	240,03р.
	Всего за завтрак и обед		350,33р.

Ужин

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Оладьи из печени	120	285	62,11р.
Макароны отварные с маслом	200/5	235	13,71р.
Лечо к/с	70	41	19,70р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	4,87р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	10,67р.
Напиток к/м Снежок	200	143,2	0,00р.
Печенье	30	121,8	17,17р.
	ИТОГО:	1192,7	128,22р.
	Всего за день:	3314,3	478,55р.

Калькулятор

А.Н.Кропивка

Зав. производством

Е.Н.Стригулина