



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОГАПОУ
Горный Техникум
Шабрин В.Г.



МЕНЮ

на 02.12.2025

Завтрак

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Запеканка из творога со сгущённым молоком	180/30	517	132,13р.
Цикорий с молоком	200	109	20,67р.
Батон нарезной	40	104,8	14,40р.
Масло сливочное	20	149,6	23,80р.
Напиток фруктовый Йогурт сладкий	150	82	65,00р.
	ИТОГО:	962,4	256,00р.

Обед

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Суп крестьянский с говядиной и сметаной	300/30/10	218	60,87р.
Рыба тушеная с овощами	120	311	90,51р.
Картофель тушеный	230/5	109	34,91р.
Салат из морской капусты	50	72,5	21,97р.
Компот из ягод с/м	200	86	12,97р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	8,35р.
Груша свежая	240	126,3	72,39р.
	ИТОГО:	1248,5	301,97р.
	Всего за завтрак и обед		557,96р.

Ужин

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Плов из курицы	200/100	783	107,82р.
Помидоры в с/с	70	50	12,92р.
Ватрушка со сметаной	50	245	27,13р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	10,67р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	5,40р.
0			
0			
	ИТОГО:	1444,7	163,94р.
	Всего за день:	3655,6	721,90р.

Калькулятор

А.Н.Кропивка

Зав производством

Е.Н.Стригулина