



УТВЕРЖДАЮ
Директор МОГАПОУ.

Горный Техникум



МЕНЮ

на 31.03.2026

Завтрак

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Запеканка из творога со сгущенным молоком	180/30	517	140,69р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	102	4,89р.
Масло сливочное	20	149,6	25,51р.
Напиток сладкий Йогурт фруктовый	150	82	58,33р.
Батон нарезной	40	104,8	10,68р.
ИТОГО:		955,4	240,10р.

Обед

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Суп крестьянский с говядиной и сметаной	300/30/10	218	60,36р.
Гуляш из мясной	100/75	404	101,05р.
Каша гречневая с маслом	180/5	268	16,45р.
Помидоры в с/с	70	50	12,91р.
Кисель из ягод см/	200	86	13,63р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	10,69р.
Яблоко свежее	200	144,2	42,55р.
0	0		0,00р.
ИТОГО:		1495,9	257,64р.
Всего за завтрак и обед			497,74р.

Ужин

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Рыба припущенная с овощами	120/50	311	64,56р.
Картофель отварной с маслом	230/5	207	38,05р.
Икра кабачковая	50	41,4	11,95р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	4,89р.
Булочка сдобная	100	318	19,92р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	13,07р.
0	0		0,00р.
ИТОГО:		1244,1	152,43р.
Всего за день:		3695,4	650,17р.

Калькулятор

А.Н.Кропивка

Зав. производством

Е.Н.Стригулина