



УТВЕРЖДАЮ

Директор МОГАПОУ

Горный Техникум

В.Г.Шадрин

МЕНЮ

на

25.03.2025

Завтрак



Наименование	Выход	Ккал	Цена
Запеканка из творога со сгущённым молоком	180/30	517	126,53р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	6,24р.
Масло сливочное	20	149,6	23,88р.
Батон нарезной	40	104,8	11,67р.
Напиток фруктовый Йогурт сладкий	150	82	63,00р.
	ИТОГО:	894,4	231,32р.

Обед

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Борщ с говядиной и сметаной	300/30/10	251	62,20р.
Гуляш мясной	100/75	404	80,78р.
Каша гречневая с маслом	180/5	268	13,54р.
Помидоры в с/с	50	30	9,49р.
Кисель из ягод с/м	200	83	17,90р.
Хлеб пшеничный/ржаной	80/60	325,7	3,97р.
Мандарины	200	92	35,30р.
	ИТОГО:	1453,7	223,17р.

Ужин

Наименование	Выход	Ккал	Цена
Рыба тушеная с овощами	120/50	311	43,83р.
Картофель отварной с маслом	230/5	207	31,59р.
Икра кабачковая	50	41,4	9,32р.
Чай с сахаром и лимоном	200/7	41	6,24р.
Хлеб пшеничный /ржаной	80/60	325,7	5,83р.
Булочка сдобная	100	318	16,55р.
	ИТОГО:	1244,1	113,37р.
	Всего за день:	3592,2	567,86р.

Калькулятор

А.Н.Кропивка

Зав. производством

Е.Н.Стригулина