

Согласовано:

Начальник ТО Управления

Роспотребнадзора

по Белгородской области

в Валуйском районе

Т.Н. Ирхина



Примерное меню

агротехнологический техникум имени Грязнова В.М.» на 2024-2025 учебный год



Утверждено:

Директор ОГА ПОУ

«Вейделевский

агротехнологический техникум

имени Грязнова В.М.»

С.А. Свиридова

Для обучающихся по очной форме обучения по программам подготовки специалистов среднего звена, основным профессиональным образовательным программам профессионального обучения (обеда), основным программам подготовки специалистов среднего звена, основным профессиональным образовательным программам подготовки квалифицированных рабочих, служащих и по основным программам профессионального обучения (завтрак и обед), 3-х разового питания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей обучающихся по очной форме обучения по программам подготовки специалистов среднего звена, основным профессиональным образовательным программам подготовки квалифицированных рабочих, служащих и по основным программам профессионального обучения (завтрак, обед, ужин).

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетический ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
I День					
<i>Завтрак</i>					
Макароны с овощами	1/250	10,68	6,76	71,25	373,53
Вафли	1/50	2,75	30,00	15,00	265,00
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	0,00	14,18	93,34
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00

		Обед							
Салат из белокочанной капусты (до 01.03.2025г.		1/100	1,68	4,99	10,95	94,65			
Салат из квашеной капусты)		1/250/12	5,80	7,40	13,70	145,00			
Суп рисовый с мясом		1/200	10,56	10,41	56,80	349,18			
Каша гречневая		1/75	11,79	12,06	12,47	204,99			
Биточки		1/50	0,62	1,50	4,89	33,61			
Соус красный основной		1/200	0,44	0,00	27,76	113,00			
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)		1/100	6,90	1,20	42,40	214,00			
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)		Ужин							
Картофельное пюре		1/200	4,08	6,40	27,26	183,00			
Котлеты рыбные		1/75	10,03	3,53	7,48	101,25			
Чай с сахаром		1/200	0,10	0,00	20,00	75,00			
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)		1/50	3,45	0,60	21,20	107,00			
		II день							
		Завтрак							
Лапшевник с творогом		1/210	15,30	19,30	48,10	428,40			
Чай с сахаром (лимоном)		1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00			
		Обед							
Помидоры соленные (свежие)		1/100	1,10	0,10	1,60	13,00			
Щи из свежей капусты (с мясом)		1/250(1/250/12)	6,52	10,39	13,03	179,15			
Плов из птицы		1/300	11,84	13,88	52,73	365,20			
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)		1/200	0,44	0,00	27,76	113,00			
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)		1/100	6,90	1,20	42,40	214,00			
		Ужин							
Рагу овощное		1/250	7,81	19,36	46,46	383,38			
Тфтели		1/60	10,03	3,53	7,48	101,25			
Чай с сахаром		1/200	0,10	0,00	20,00	75,00			
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)		1/50	3,45	0,60	21,20	107,00			
		III день							
		Завтрак							
Суп молочный с рисом		1/250	6,32	10,18	26,34	223,16			
Пряники (вафли, печенье)		1/50	1,48	1,63	15,13	88,25			

Чай с сахаром (лимоном)	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
Обед					
Салат из припущенной свеклы	1/100	1,85	3,50	2,47	80,26
Суп картофельный с горохом (с мясом)	1/250(1/250/12)	10,49	6,74	25,93	199,81
Макароны отварные	1/200	7,34	8,88	52,73	307,20
Колбаса отварная (сосиски отварные)	1/75	9,42	18,08	0,00	200,77
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Соус красный основной	1/200	0,00	0,00	19,60	80,00
Кисель из концентрата	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)					
Ужин					
Каша гречневая	1/200	10,56	10,41	56,80	349,18
Печень по-строгановски	1/75	23,14	17,54	5,04	268,52
Чай с сахаром	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00

IV день

Завтрак

Бутерброд с маслом сливочным	1/40	6,03	4,64	15,04	162,55
Суп молочный с крупой манной	1/250	0,01	0,01	0,02	143,00
Кофейный напиток на молоке	1/200	4,72	3,60	16,54	124,84

Обед

Салат из свежих (соленых) огурцов с луком	1/100	0,86	5,11	2,61	59,80
Рассольник «Ленинградский» (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,75	9,25	25,38	209,66
Каша пшенная	1/200	9,66	10,57	50,73	342,00
Птица тушеная	1/75	10,83	7,09	12,19	153,61
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)	1/200	0,44	0,02	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00

Ужин

Плов из птицы	1/300	11,84	13,88	52,73	365,20
Чай с сахаром	1/200	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00

		V день					
		<i>Завтрак</i>					
Блины с повидлом (сметанным соусом, стуженным молоком)	1/200/25	27,22	25,26	25,54	441,26		
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	0,00	14,18	93,34		
		<i>Обед</i>					
Салат «Морская капуста»	1/100	7,50	0,00	0,00	190,00		
Суп картофельный с крупной пшено(с мясом)	1/250(1/250/12)	7,08	6,72	23,81	178,80		
Рис отварной	1/200	5,10	8,68	55,74	307,36		
Рыба тушеная	1/75	10,21	5,59	7,30	120,00		
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61		
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)	1/200	0,44	0,02	27,76	113,00		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00		
		<i>Ужин</i>					
Жаркое по-домашнему	1/300	23,10	26,05	47,49	516,80		
Чай с сахаром	1/200	0,10	0,00	20,00	75,00		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00		
		VI день					
		<i>Завтрак</i>					
Капуста тушеная	1/200	5,00	28,02	23,12	362,42		
Сосиски отварные	1/75	9,42	18,08	0,00	200,77		
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	0,00	14,18	93,34		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00		
		VII день					
		<i>Завтрак</i>					
Макаронник	1/250/10	14,70	18,60	68,40	509,20		
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	0,00	14,18	93,34		
		<i>Обед</i>					
Салат из белокочанной капусты ((до 01.03.2025г.)	1/100	1,68	4,99	10,95	94,65		
Салат из квашеной капусты)							
Суп картофельный с вермишелью (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,56	6,68	27,05	194,30		
(Суп-лапша домашняя (с мясом))							
Каша гречневая с маслом сливочным	1/200/10	10,56	10,41	56,80	349,18		

Печень по-строгановски	1/75	23,14	17,54	5,04	268,52
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Кисель из концентрата	1/200	0,00	0,00	19,60	80,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00
Ужин					
Картофельное пюре	1/200	4,08	6,40	27,26	183,00
Биточки рыбные	1/75	10,03	3,53	7,48	101,25
Чай с сахаром	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
VIII день					

Завтрак					
Суп молочный с рисом	1/250	6,32	10,18	26,34	223,16
Фрукты свежие (яблоки, апельсины, бананы)	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00
Кофейный напиток на молоке	1/200	3,12	2,66	14,18	93,34
Обед					
Борщ с «Сибирский» (с мясом)	1/250(1/250/12)	2,21	5,27	12,36	101,47
Запеканка из творога с повидлом (сгущенным молоком, сметанным соусом)	1/150/25	26,31	18,08	18,73	370,5
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)	1/200	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00
Ужин					
Капуста тушеная	1/200	5,00	28,02	23,12	362,42
Сосиски отварные (колбаса отварная)	1/75	9,42	18,08	0,00	200,77
Чай с сахаром (лимоном)	1/200(1/200/8)	0,1	0,0	20,0	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
IX день					

Завтрак					
Бутерброд с маслом сливочным	1/40	3,06	9,44	18,27	170,00
Суп молочный из овсяных хлопьев Геркулес	1/250	10,00	1,00	40,00	289,00
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	2,66	14,18	93,34
Обед					
Икра кабачковая (икра баклажановая)	1/100	1,00	7,00	7,00	96,00

Суп картофельный с крупой гречка (с мясом)	1/250	7,14	6,72	23,45	177,05
Макаронны отварные	1/200	7,34	8,88	52,73	307,20
Котлеты	1/75	11,79	12,06	12,47	204,99
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Компот из сушеных фруктов(свежих плодов)	1/200	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00
Ужин					
Рагу из птицы	1/325	11,84	13,88	52,73	365,20
Чай с сахаром (лимоном)	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00

X день

Завтрак					
Омлет с маслом сливочным	1/165/5	16,60	29,28	3,14	337,50
Чай с сахаром (лимоном)	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Обед					
Салат из припущенной свеклы	1/100	1,85	3,50	2,47	80,26
Суп крестьянский с крупой (пшено), (мясом)	1/250(1/250/12)	8,23	8,19	17,20	174,80
Рис отварной	1/200	5,10	8,68	55,74	307,36
Колбаса отварная (сосиски отварные)	1/75	9,42	18,08	0,00	200,77
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Кисель из концентрата	1/200	0,00	0,00	19,60	80,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,20	42,40	214,00
Ужин					
Картофель отварной	1/250	0,01	0,00	0,08	367,00
Куры отварные	1/75	21,00	18,34	0,21	249,86
Чай с сахаром	1/200	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00

XI день

Завтрак					
Блины с повидлом (сметанным соусом, стуженным молоком)	1/200/25	27,22	25,26	25,54	441,26
Кофейный напиток с сахаром	1/200	3,12	0,00	14,18	93,34

		Обед					
Помидоры соленные (свежие)	1/100	1,10	0,10	1,60	13,00		
Суп картофельный с горохом (с мясом)	1/250 (1/250/12)	10,49	6,74	25,93	199,81		
Каша пшенная	1/200	9,66	10,57	50,73	342,00		
Тертели	1/60	10,03	3,53	7,48	101,25		
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61		
Чай с сахаром (лимоном)	1/200(1/200/8)	0,10	0,00	20,00	75,00		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,90	1,2	42,4	214,00		
		Ужин					
Жаркое по-домашнему	1/300	23,10	26,05	47,49	516,80		
Чай с сахаром	1/200	0,10	0,00	20,00	75,00		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00		
		XII день					
		Завтрак					
Картофельное пюре	1/200	4,08	6,40	27,26	183,00		
Рыба тушеная в томате с овощами	1/150	11,14	7,84	11,64	170,42		
Чай с сахаром	1/200	0,10	0,00	20,00	75,00		
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/100	6,9	1,2	42,4	214,00		