

Утверждено:
Директор ОГА ПОУ
«Вейделевский»
агротехнологический техникум
имени Грязнова В.М.»
С.А.Свиридова

Примерное меню

Областное государственное автономное профессиональное образовательное учреждение «Вейделевский агротехнологический техникум имени Грязнова В.М.» на 2024 -2025 учебный год

для 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 (обеды),
2-х разового питания для детей из многодетных семей, инвалидов, ОВЗ 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 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) с 01 марта 2025 года.

Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетический ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Неделя I	I день				
Завтрак					
Макароны с овощами	1/250	10,68	6,76	71,25	373,53
Вафли	1/50	2,00	13,00	31,50	253,00
Кофейный напиток с сахаром	1/200/20	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)					
Суп рисовый с мясом	1/250/12	5,80	7,40	13,70	145,00

Каша гречневая (с сливочным маслом)	1/200(1/200/10)	10,56	10,41	56,80	349,18
Биточки	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) с сахаром	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
Ужин					
Картофельное пюре (с сливочным маслом)	1/200(1/200/10)	4,08	6,40	27,26	183,00
Рыба тушеная	1/75	10,21	5,59	7,30	120,00
Чай с сахаром	1/200/15	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
II день					
Заступак					
Лапшевник с творогом, ступенным молоком (повидлом)	1/300/30	15,30	28,95	72,15	642,60
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Обед					
Помидоры соленные (помидоры свежие)	1/100	1,10	0,10	1,60	13,00
Щи из свежей капусты (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,44	5,48	10,30	120,51
Каша пшенная (с сливочным маслом)	1/200 (1/200/10)	9,66	10,57	50,73	342,00
Тефтели рыбные	1/75	8,67	5,34	8,90	117,99
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Печенье	1/50	4,25	7,50	34,00	220,00
Компот из сушеных фруктов (свежих плодов) с сахаром	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
Ужин					
Рагу овощное	1/250	7,81	19,36	46,46	383,38
Котлеты	1/75	11,79	12,06	12,47	204,99
Чай с сахаром	1/200/15	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	1/300	5,93	7,52	31,33	222,65	
Пряники (вафли, печенье)	1/50	2,50	2,50	36,50	178,50	
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15 (1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00	
Обед						
Суп картофельный с горохом (с мясом)	1/250(1/250/12)	10,49	6,74	25,93	199,81	
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) с сахаром	1/200/20	0,44	0,02	27,76	113,00	
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00	
Ужин						
Каша гречневая (с сливочным маслом)	1/200 (1/200/10)	10,56	10,41	56,80	349,18	
Котлеты рыбные	1/75	10,03	3,53	7,48	101,25	
Чай с сахаром	1/200/15	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	1/30/10	6,03	4,64	15,04	162,55	
Суп молочный с крупой манной	1/300	7,97	7,63	26,38	206,60	
Кофейный напиток на молоке с сахаром	1/200/20	4,72	3,60	16,54	124,84	
Обед						
Салат из свеклы	1/100	1,85	3,50	2,47	80,26	
Рассольник «Ленинградский» (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,75	9,25	25,38	209,66	
Макароны отварные (с сливочным маслом)	1/200 (1/200/10)	7,34	8,88	52,73	307,20	
Куры отварные	1/75	21,00	18,34	0,21	249,86	
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61	
Компот из сушеных фруктов (свежих плодов) с сахаром	1/200/20	0,44	0,02	27,76	113,00	
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00	
Ужин						
Плов из птицы	1/200/100	11,84	13,88	52,73	365,20	

Чай с сахаром	1/200/15	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 (сгущенным молоком)	1/300/30	21,00	33,84	114,24	844,62
Кофейный напиток с сахаром	1/200/20	3,12	0,00	14,18	93,34
<i>Обед</i>					
Салат из соленых огурцов с луком (Салат из свежих огурцов с луком)	1/100	0,86	5,11	2,61	59,80
Суп картофельный с крутой пшено (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,08	6,72	23,81	178,10
Рис отварной (с сливочным маслом)	1/200 (1/200/9)	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
Пряники	1/50	2,50	2,50	36,50	178,50
Компот из сушеных фруктов (свежих плодов) с сахаром	1/200/20	0,44	0,02	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
<i>Ужин</i>					
Жаркое по-домашнему	1/250/50	23,10	26,05	47,49	516,80
Чай с сахаром	1/200/15	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>					
Помидоры соленые (помидоры свежие)	1/100	1,10	0,10	1,60	13,00
Картофельное пюре с сливочным маслом	1/200/10	4,08	6,40	27,26	183,00
Тефтели	1/60	10,03	3,53	7,48	101,25
Вафли	1/50	2,00	13,00	31,50	253,00
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
VII день					
<i>Завтрак</i>					
Макаронник с сгущенным молоком (повидлом)	1/250/30	14,70	18,60	68,40	509,20

Печенье	1/60	5,10	9,00	40,80	264,00
Кофейный напиток с сахаром	1/200/20	3,12	0,00	14,18	93,34
Обед					
Салат из белокочанной капусты ((до 01.03.2025г.)	1/100	1,68	4,99	10,95	94,65
Салат из квашеной капусты)					
Суп-лапша домашняя (с мясом)	1/250(1/250/12)	7,56	6,68	27,05	194,30
Плов из птицы	1/200/100	11,84	13,88	52,73	365,20
Компот из сушеных фруктов	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
(свежих плодов) с сахаром					
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
Ужин					
Жаркое по-домашнему	1/250/50	23,10	26,05	47,49	516,80
Чай с сахаром	1/200/15	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	1/300	5,93	7,52	31,33	222,65
Вафли	1/50	2,00	13,00	31,50	253,00
Кофейный напиток на молоке с сахаром	1/200/20	3,12	2,66	14,18	93,34
Обед					
Борщ «Сибирский» (с мясом)	1/250(1/250/12)	2,21	5,27	12,36	101,47
Запеканка из творога с повидлом (стуженным	1/150/25	26,31	18,08	18,73	370,5
молоком, сметанным соусом)					
Компот из сушеных фруктов	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
(свежих плодов) с сахаром					
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,6	21,2	107,00
Ужин					
Капуста тушенная	1/200	5,00	28,02	23,12	362,42
Тефтели рыбные	1/75				
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	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	1/30/10	3,06	9,44	18,27	170,00
Суп молочный из овсяных хлопьев Геркулес	1/300	9,24	9,08	29,17	234,88
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Обед					
Икра кабачковая	1/100	1,00	7,00	7,00	96,00
Суп картофельный с крупой гречка (с мясом)	1/250 (1/250/12)	7,14	6,72	23,45	177,05
Рис отварной (с маслом сливочным)	1/200 (1/200/9)	5,10	8,68	55,74	307,36
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) с сахаром	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
Ужин					
Рагу из птицы	1/250/75	11,84	13,88	52,73	365,20
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	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					
Блины с повидлом (сгущенным молоком)	1/300/30	21,00	33,84	114,24	844,62
Кофейный напиток с сахаром	1/250/20	3,12	0,00	14,18	93,34
Обед					
Огурцы соленые (огурцы свежие)	1/100	1,10	0,10	1,60	13,00
Суп крестьянский с крупой пшено (мясом)	1/250(1/250/12)	8,23	8,19	17,20	174,80
Каша гречневая (с маслом сливочным)	1/200(1/200/10)	10,56	10,41	56,80	349,18
Тефтели	1/60	10,03	3,53	7,48	101,25
Соус красный основной	1/50	0,62	1,50	4,89	33,61
Фрукты свежие (яблоки, апельсины, бананы)	1/100	0,90	0,20	8,10	43,00
Компот из сушеных фруктов (свежих плодов) с сахаром	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
Ужин					
Картофель отварной с маслом сливочным	1/250/10	4,10	8,05	33,54	230,20

Куры отварные	1/75	21,00	18,34	0,21	249,86
Чай с сахаром	1/200/15	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					
Омлет с маслом сливочным	1/160/10	16,60	29,28	3,14	337,50
Печенье	1/100	8,50	15,00	68,00	440,00
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Обед					
Помидоры соленые (помидоры 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 (с маслом сливочным)	1/200 (1/200/10)	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
Вафли (пряники, печенье)	1/50	2,00	13,00	31,50	253,00
Компот из сушеных фруктов (свежих плодов) с сахаром	1/200/20	0,44	0,00	27,76	113,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00
Ужин					
Плов из птицы	1/200/100	11,84	13,88	52,73	365,20
Чай с сахаром	1/200/15	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					
Салат из соленых огурцов с луком (Салат из свежих огурцов с луком)	1/100	0,86	5,11	2,61	59,80
Макароны отварные (с маслом сливочным)	1/200 (1/200/10)	7,34	8,88	52,73	307,20
Рыба тушеная в томате с овощами	1/150	11,14	7,84	11,64	170,42
Печенье	1/50	4,25	7,50	34,00	220,00
Чай с сахаром (лимоном)	1/200/15(1/200/15/8)	0,10	0,00	20,00	75,00
Хлеб пшеничный (хлеб ржаной)	1/50	3,45	0,60	21,20	107,00