

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГАПОУ ВО «НАПК»

_____/Лопухов Д.В./

«_____» _____ 2025 г.

Обеденное меню на период с 8 сентября по 12 сентября 2025 г.

Наименование блюда	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калории (ккал)
Понедельник					
Салат из свежих овощей	60	1,0	2,6	5,0	46,5
Суп карт. с макаронн. изделиями и курицей	250	12,375	11,125	31,50	275,125
Каша рисовая молочная	200	5,83	5,53	27,04	181,25
Чай с сахаром	200	0,2	0,050	15,010	61,290
Хлеб пшеничный	200	15,20	1,80	97,20	465,80
Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	41,04	208,80
Вторник					
Огурец свежий порционный	60	0,5	0,1	1,7	9,0
Суп с крупой и томатом	250	2,75	2,75	16,0	100,75
Птица тушеная в соусе	100	22,0	4,0	8,0	153,0
Макароны отварные	180	6,840	4,116	43,470	239,364
Компот из свежих яблок с лимоном	200	0,1	3,1	5,8	24,6
Хлеб пшеничный	200	15,20	1,80	97,20	465,80
Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	41,04	208,80
Среда					
Салат из св. капусты с морковью	60	0,900	3,100	5,600	53,900
Борщ из св. капусты	250	2,5	3,2	4,6	58,0

со сметаной и курицей					
Запеканка творожная со сметаной	200/20	23,6	14,6	40,6	389,6
Какао с молоком	200	5,8	5,8	34,4	205,6
Хлеб пшеничный	200	15,20	1,80	97,20	465,80
Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	41,04	208,80
Четверг					
Икра кабачковая	60	1,20	5,40	5,10	73,20
Суп гороховый с курицей	250	12,25	5,25	18,0	171,0
Рагу овощное с говядиной	280	18,400	22,015	37,418	426,814
Чай с сахаром	200	0,2	0,050	15,010	61,290
Хлеб пшеничный	200	15,20	1,80	97,20	465,80
Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	41,04	208,80
Пятница					
Капуста маринованная	60	0,48	0,03	6,9	28,2
Суп молочный с макар. изделиями	250	7,0	4,8	19,8	145,0
Рыба запеченная с овощами и сыром	100	16,8	6,2	1,7	127,6
Картофельное пюре	180	4,9	10,6	23,2	201,6
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,1	11,9	50,0
Хлеб пшеничный	200	15,20	1,80	97,20	465,80
Хлеб ржаной	120	7,92	1,44	41,04	208,80

Составила заведующая столовой _____ /Мещерякова Т.Н./