



«Утверждаю»

И.о. директора ГБПОУ «КБТТК»

П.Г.Семенов

01.08.2022 г.

Примерное меню по ГБПОУ «Кабардино-Балкарский торгово-технологический колледж» на 2022-2023 учебный год

Наименование блюда	Выход, г.	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы,г.	Энергетическая ценность
1-й день					
Сосиски с соусом	55/50	12,074	22,875	9,52	397,5
Макароны	1/100	3,64	1,39	26,2	118
Чай	180/15	0,1	0	15,0	60,4
Хлеб	45	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		20,064	24,965	80,76	699,05
2-й день					
Яйцо отварное	1/1	12,7	11,5	0,7	157
Масло сливочное	1/20	0,1	16,5	0,16	149,5
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		17,15	28,7	45,9	490,5
3-й день					
Куры отварные с соусом	75/50	33,784	13,775	8,850	380,2
Перловка	1/100	3,26	0,4	23,6	112
Чай с сахаром	180/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	45	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		41,394	14,875	77,49	679,6
4-й день					
Борщ с фрикадельками	1/330	4,25	3,512	33,874	245,79
Фрикадельки	1/27	7,6	3,72	0	63,84
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		18,32	8,285	93,934	555,43
5-й день					
Шницель с соусом	45/50	23,164	18,475	35,42	418,550
Макароны	1/100	3,64	1,39	26,2	118
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		31,154	20,565	79,66	720,95

6-й день					
Яйцо вареное	1	12,7	11,5	0,7	156,6
Масло сливочное	1/1	0,1	16,5	0,16	149,5
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		17,5	28,7	45,9	490,5
7-й день					
Курица отварная с соусом	75/50	25,334	9,505	8,25	279,9
Рис	1/100	2,45	1,02	25,62	205,4
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		32,134	11,225	79,27	615,7
8-й день					
Суп гороховый	1/330	8,24	0,946	39,67	178,94
Сосиски	1/56	6,27	13	0,91	151,62
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		21,44	14,676	100,72	605,16
9-й день					
Бифштекс с соусом	44/50	33,784	12,785	8,49	380,2
Перловка	1/100	3,26	1,39	23,6	112
Чай с сахаром	18/15	0,1	0	15	60,4
Хлеб пшеничный	60	4,25	0,7	30,04	124
Итого:		41,394	14,875	77,49	676,6
10-й день					
Масло сливочное	1/20	0,1	0,16	0,16	149,6
Какао со сгущенкой	197/3	3,176	7,783	6,74	79,77
Хлеб	60	7,27	11,43	72,09	422,48
Итого:		10,546	19,373	78,99	651,85

Зав.производством



Р.М.Самгуров