Директор ГБПОУ РО «МККПТ»
_______________ С.И.Шарченко
«___»_____________2025

ПЕРСПЕКТИВНОЕ 14- ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

НА 2025 учебный год.

День: Понедельник
Неделя: Первая
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
110	Борщ с капустой и картофелем	300	1,882	5,146	14,643	106,738
497	Плов из птицы	290	24,197	30,602	38,552	541,241
75	Икра морковная	100	2,012	7,568	11,354	121,895
----	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
--	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,28	65,12
588	Компот из сухофруктов	200	0,440	0,020	31,760	126,400
	Итого		**37,571**	**44,656**	**151,069**	**1147,794**

День: Вторник
Неделя: Первая
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	*Наименование блюда*	*Масса порции*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*	
			ОБЕД			
138	Суп картофельный с боб.	300	5,909	5,527	20,171	156,383
416	Шницель	100	16,663	18,984	14,805	300,328
255	Каша пшеничная	180	0,0675	6,930	40,368	253,680
75	Икра свекольная	100	2,164	7,568	15,556	127,898
-----	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
-----	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,28	65,12
591	Кисель из концентрата	200	------	-------	31,220	120,460
	Итого		**33,8435**	**40,329**	**176,880**	**1145,149**

День: Среда
Неделя: Первая
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	*Наименование блюда*	*Масса порции*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*	
	ОБЕД					
129	Рассольник ленинградский	300	2,604	6,444	20,772	154,694
430	Запеканка картофельн. с с/пр	248	18,569	17,323	42,045	407,241
307	Пюре из свеклы	100	1,658	3,822	14,987	83,436
-----	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
-	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,28	65,12
591	Кофейный напиток н/м	200	2,088	1,615	30,407	153,954
	Итого		**33,419**	**30,524**	**212,971**	**1050,825**

День: Четверг
Неделя: Певая
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	*Наименование блюда*	*Масса порции*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*	
	ОБЕД					
113	Борщ сибирский	300	4,520	5,369	21,165	144,514
309	Рыба тушеная в/т с/о	100/100	21,328	11,143	12,635	237,326
472	Пюре картофельное	180	3,866	6,430	26,419	183,740
62	Салат из капусты	100	1,550	5,084	9,663	90,537
------	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
------	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,28	65,12
588	Кисель из концентрата	200	------	-------	31,220	120,460
	Итого		**40,294**	**29,346**	**155,862**	**1028,097**

День: Пятница
Неделя: Первая
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	*Наименование блюда*	*Масса порции*	*Пищевые вещества*			*Энергетическая ценность*
			Белки	*Жиры*	*Углеводы*	
	ОБЕД					
195	Суп с клецками	300	0,324	3,009	1,944	35,970
--	Сосиска отварная	72	7,920	16,416	1,152	191,520
246	Голубцы овощные	250	4,443	10,139	20,482	191,380
------	Хлеб пшеничный 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
------	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	16,28	65,12
591	Кисель из концентрата	200	------	-------	31,220	120,460
	Итого		**21,727**	**30,884**	**108,558**	**790,85**