

Согласовано:

Директор ГАПОУ ТО «Гольцмановский Агропедколледж»


Е. Ю. Кибаров
«31» «08» 2026 г.

Директор ООО «Технология диетического питания»


Е. Г. Холстинин
«августа» 2026 г.

Примерное десятидневное меню обучающихся по программам подготовки квалифицированных рабочих, служащих, за исключением обучающихся, получающих государственную социальную помощь и (или) из малоимущих семей.
(стоимость комплекса 24,20 руб)



ОБЛ-18

ВНДШІІІ

Российский государственный университет правосудия

Eucalyptus

Суп картофельный с горохом 250

Усього за 1 квартал

Коп-80

Мин предел

100

Директор
"Технология"
Холдинг Е.Г.

Меню

среда 1

Рецептура		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	В1	В2	С	А	D	Калий	Йод	Селен	Фтор	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Обед																			
	376	200	0,20		15,07	61,08	0,00		0,10	0,50		25,25				12,00	8,24	5,90	0,87
Чай с сахаром		25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11		0,05			61,25				18,25	31,25	10,00	0,71
Хлеб ржано-пшеничный 25г		422	0,80	1,59	5,43	39,24	0,02	0,00	0,40	30,08		103,60	0,01		2,77	14,19	13,02	6,47	0,34
Соус красный основной 50								0,05		11,88		87,37	0,06		21,12	42,93	70,07	15,57	1,47
Макаронные изделия отварные	6,43	180	467,38	5,66	47,52	267,38	0,11	0,05											
Итого за Обед		455	9,25	52	78,27	417,77	0,24	0,06	0,55	42,46		23,89		7,21		87,37	122,58	37,94	3,38

	Белков	Жиров	Углеводов	калорийность
Кол-во	9,25	7,52	78,27	417,77
Макс предел				
Мин предел				

[illegible][illegible][illegible]

Холдинг «ЕГ.Технология»

Меню

п'ятина

Рецептура		Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть		B2	C	A	D	Калий	Йод	Селен	Фтор	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник																			
	376	200	0,20	0,28	15,07	61,08	0,00		0,10	0,50		25,25				12,00	8,24	5,90	0,87
		25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11		0,05			61,25		7,20		18,25	31,25	10,00	0,71
		250	2,15	6,22	13,48	118,52	0,05	0,04	18,64	31,35	0,00	379,81	0,04	0,48	26,72	55,77	27,81	1,27	
	95		4,10		38,80	229,58	0,15	0,04	18,79	31,65	0,00	466,31	0,04	7,68	26,72	89,73	95,27	43,71	2,95
Чай с сахаром																			
Хлеб ржаной-пшеничный 50г, жиры - 4г																			
Борщ с капустой и картофелем 250																			
Итого за Полдник																			

[illegible]



Директор
ОВД18

Меню

понедельник2

	Рецептура		Выход		Белки		Жиры		Углеводы		Калорийно		В1		В2		С		А		D		Калий		Иод		Селен		Фтор		Кальций		Фосфор		Магний		Железо	
Полдник																																						
Чай с сахаром	376	200		0,20		15,07	61,08	0,00		0,10	0,50																											
Хлеб ржано-пшеничный 25г		25		1,65		0,28	10,25	50,08	0,11		0,05																											
Суп из овощей со сметаной 250	117	250		2,00		6,28	11,29	109,71	0,07		0,06	21,15	10,97	0,00		0,04	0,38	26,45																				
Итого за Полдник		47,5		3,85		5,56	36,61	220,86	0,18		0,06	21,30	11,47	0,00		0,04	7,58	26,45																				

Белков		Жиров		Углеводов		Калорийность	
Макс преден		6,56		36,61		220,86	
Мин преден							

Витамины		В1		В2		С		А		D		Калий		Иод		Селен		Фтор		Кальций		Фосфор		Магний		Железо	
Полдник		0,18		0,06		21,30		11,47		0,00		458,90		0,04		7,58		26,45		72,47		94,06		40,25		2,42	

Минералы		В1		В2		С		А		D		Калий		Иод		Селен		Фтор		Кальций		Фосфор		Магний		Железо	
Полдник		0,18		0,06		21,30		11,47		0,00		458,90		0,04		7,58		26,45		72,47		94,06		40,25		2,42	



Директор
ОВД1

Меню

пятница2

Калорийно

Рецептура	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийно сть	В1	B2	C	A	D	Калий	Йод	Селен	Фтор	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник																		
Чай с сахаром	376	200	0,20	15,07	61,08	0,00		0,10	0,50		25,25				12,00	8,24	5,90	0,87
Хлеб ржано-пшеничный 25г	25	1,65	0,28	10,25	50,08	0,11		0,05			61,25		7,20		18,25	31,25	10,00	0,71
Соус красный основной 50	422	50	0,80	5,43	39,24	0,02	0,00	0,40	30,08		103,60	0,01	0,01	2,77	14,19	13,02	6,47	0,34
Макаронные изделия отварные	6,43	180	6,60	47,52	267,38	0,11	0,05		11,88		87,37	0,06		21,12	42,93	70,07	15,57	1,47
Итого за Полдник		455	9,25	78,27	417,77	0,24	0,06	0,55	42,46		277,47	0,07	7,21	23,89	87,37	122,58	37,94	3,38

Белков	Жиры	Углеводов	калорийность
9,25	7,52	78,27	417,77
Макс предел			
Мин предел			

% калорийности	В1	B2	C	A	D	Калий	Йод	Селен	Фтор	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
Полдник	0,24	0,06	0,55	42,46		277,47	0,07	7,21	23,89	87,37	122,58	37,94	3,38

Минералы														Фтор	Кальций	Фосфор	Магний	Железо
														23,89	87,37	122,58	37,94	3,38