

Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева

Директор  
ООО «КПП»  
А.В. Смирнов



# МЕНЮ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 20\_\_

Студенты сироты  
Понедельник  
Первая

День 1:  
Неделя:

| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                  | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                             |                         |   |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>              |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 189                     | КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250          | 16,16         | 10,10            | 3,30         | 16,00         | 137,7                         |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                   | 200          | 2,50          | 0,00             | 0,00         | 9,70          | 39,8                          |
| 2008                        | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                               | 50/20        | 21,50         | 8,30             | 10,00        | 24,50         | 227,5                         |
|                             |                         | ЯБЛОКО  | 180          | 28,28         | 6,30             | 4,00         | 30,60         | 188,5                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>700</b>   | <b>68,44</b>  | <b>24,70</b>     | <b>17,30</b> | <b>80,80</b>  | <b>593,44</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 2                       | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                 | 100          | 20,00         | 0,80             | 0,10         | 1,70          | 11,2                          |
| 2011                        | 102                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)             | 250          | 10,69         | 5,70             | 5,40         | 38,90         | 233,1                         |
| 2011                        | 143                     | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ                                  | 180          | 33,94         | 4,20             | 9,10         | 58,70         | 342,5                         |
| 2011                        | 290                     | ОКОРОКА КУРИНЫЕ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ СМЕТАННОМ     | 150          | 55,04         | 19,30            | 16,30        | 21,80         | 320,1                         |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                    | 200          | 24,00         | 0,90             | 0,20         | 17,80         | 78,5                          |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20           | 2,00          | 1,30             | 0,20         | 8,50          | 42,0                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>900</b>   | <b>145,67</b> | <b>32,20</b>     | <b>31,30</b> | <b>147,40</b> | <b>1 027,45</b>               |
| <b>Ужин</b>                 |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 2                       | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                  | 85           | 18,09         | 0,80             | 0,10         | 2,50          | 14,5                          |
| 2011                        | 256                     | СВИНИНА ТУШЕНАЯ В ТОМАТНОМ СОУСЕ                | 150          | 47,79         | 7,60             | 11,60        | 5,10          | 160,0                         |
| 2011                        | 171.1                   | КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 180          | 11,08         | 5,90             | 5,00         | 42,30         | 244,1                         |
| 2008                        | 438                     | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ                                | 200          | 4,75          | 0,10             | 0,10         | 12,10         | 51,0                          |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 40           | 4,00          | 2,70             | 0,40         | 17,00         | 84,5                          |
| 2008                        |                         | БАТОН   | 30           | 3,10          | 3,80             | 2,40         | 18,40         | 113,3                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>685</b>   | <b>88,81</b>  | <b>20,90</b>     | <b>19,60</b> | <b>97,40</b>  | <b>667,31</b>                 |
| <b>II Ужин</b>              |                         |   |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 435                     | РЯЖЕНКА   | 200          | 37,08         | 4,80             | 6,00         | 18,40         | 150,9                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | <b>200</b>   | <b>37,08</b>  | <b>4,80</b>      | <b>6,00</b>  | <b>18,40</b>  | <b>150,92</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   | <b>200</b>   | <b>37,08</b>  | <b>4,80</b>      | <b>6,00</b>  | <b>18,40</b>  | <b>150,92</b>                 |
| <b>Сбалансированность:</b>  |                         |   |              | <b>340,00</b> | <b>82,60</b>     | <b>74,20</b> | <b>344,00</b> | <b>2 439,12</b>               |
|                             |                         |   |              | <b>0,00</b>   | <b>1</b>         | <b>1</b>     | <b>4</b>      |                               |

Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева



А.В. Смирнов

# МЕНЮ

« 20 »  
Студенты сироты

Вторник

Первая

День: 2  
Неделя:

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |  |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 295                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ          | 100          | 35,78      | 10,60            | 10,90   | 11,40       | 191,6                         |
| 2011                 | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 8,93       | 6,50             | 5,80    | 41,40       | 250,3                         |
| 2008                 | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ ЛИМОНОМ                          | 200          | 4,70       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                          |
| 2008                 | 364                     | СОУС ТОМАТНЫЙ №364                             | 30           | 2,80       | 0,50             | 2,90    | 2,20        | 38,0                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 550          | 56,21      | 20,50            | 20,10   | 87,00       | 627,68                        |
| <b>Обед</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ                      | 100          | 14,70      | 1,60             | 5,10    | 8,20        | 87,6                          |
| 2011                 | 88                      | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ   | 250          | 14,28      | 6,80             | 5,30    | 39,40       | 238,7                         |
| 2011                 | 244                     | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ                                | 220          | 82,56      | 20,30            | 23,10   | 49,20       | 499,8                         |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                   | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 50           | 4,75       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 820          | 140,29     | 32,30            | 34,10   | 131,60      | 989,12                        |
| <b>Ужин</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 230                     | РЫБА ЖАРЕНАЯ (МИНТАЙ)                          | 100          | 50,13      | 7,80             | 11,30   | 3,70        | 152,2                         |
| 2011                 | 312                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ           | 180          | 20,69      | 3,80             | 5,30    | 25,70       | 170,2                         |
| 2008                 | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 2,50       | 0,00             | 0,00    | 9,70        | 39,8                          |
| 2008                 |                         | МАНДАРИН                                       | 110          | 31,10      | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 35,9                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20           | 2,00       | 1,30             | 0,20    | 8,50        | 42,0                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 495          | 106,42     | 13,70            | 17,00   | 55,10       | 440,18                        |
| <b>II Ужин</b>       |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 435                     | РЯЖЕНКА  | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,9                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                        |
| Всего за день:       |                         |  | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                        |
| Сбалансированность:  |                         |  |              | 340,00     | 71,30            | 77,20   | 292,10      | 2 207,90                      |
|                      |                         |  |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |



Директор  
 ГАПОУ до «Лужский агропромышленный техникум»  
 В.И. Ибраева

Директор  
 ООО «КШП  
 «КОЖЕНАТ  
 ШКОЛЬНОГО  
 ПИТАНИЯ»  
 А.В. Смирнов



# МЕНЮ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

Студенты сироты

Среда

Первая

День : 3

Неделя:

| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, |
|-----------------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
|                             |                         |                                      |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |
| <b>Завтрак</b>              |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 189                     | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ         | 250          | 15,88      | 7,20             | 6,20    | 17,20       | 157,7                    |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                     |
| 2008                        | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                    | 50/20        | 21,50      | 8,30             | 10,00   | 24,50       | 227,5                    |
| 2008                        |                         | ЯБЛОКО                               | 210          | 29,61      | 0,80             | 0,80    | 19,60       | 91,1                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 570          | 69,49      | 16,50            | 17,10   | 76,30       | 539,51                   |
| <b>Обед</b>                 |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2012                        | 33                      | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                      | 100          | 14,13      | 1,40             | 6,10    | 8,30        | 96,5                     |
| 2011                        | 96                      | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 250          | 17,19      | 2,20             | 5,20    | 36,40       | 206,6                    |
| 2008                        | 239                     | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                       | 100          | 37,87      | 22,00            | 14,50   | 26,70       | 334,5                    |
| 2011                        | 312                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 17,85      | 3,80             | 5,30    | 25,70       | 170,2                    |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                         | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                     |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 40           | 4,00       | 1,35             | 0,20    | 8,50        | 42,2                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 870          | 115,04     | 31,65            | 31,50   | 123,40      | 928,66                   |
| <b>Ужин</b>                 |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 2                       | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                       | 85           | 18,09      | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,5                     |
| 2011                        | 267                     | ШНИЦЕЛЬ КУРИНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ ОТБИВНОЙ | 100          | 60,97      | 7,50             | 13,20   | 9,00        | 190,4                    |
| 2011                        | 305                     | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ   | 200          | 10,73      | 6,80             | 5,40    | 30,30       | 202,3                    |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200          | 2,30       | 0,00             | 0,00    | 9,70        | 39,8                     |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| 2008                        |                         | БАТОН                                | 53           | 6,38       | 6,30             | 4,00    | 30,60       | 188,5                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 678          | 102,47     | 24,1             | 23,1    | 99,1        | 719,95                   |
| <b>II Ужин</b>              |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 435                     | ЙОГУРТ                               | 200          | 53,00      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,9                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 200          | 53,00      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                   |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |                                      | 200          | 53,00      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                   |
| <b>Сбалансированность:</b>  |                         |                                      |              | 340,00     | 77,05            | 77,70   | 317,20      | 2 339,04                 |
|                             |                         |                                      |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                          |

Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»

(подпись)

В.И. Ибраева



Директор  
ООО «КШП»

(подпись)

А.В. Смирнов



# МЕНЮ

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

Студенты сироты  
Четверг  
Первая

День :4

Неделя:

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |   |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |   |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 224                     | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ        | 180/20       | 44,52      | 22,40            | 22,90   | 50,10       | 510,2                         |
| 2008                 | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                          |
| 2008                 | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                             | 50/20        | 21,50      | 8,30             | 10,00   | 24,50       | 227,5                         |
| 2008                 |                         | МАНДАРИН                                      | 130          | 36,50      | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 35,9                          |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 600          | 105,02     | 31,70            | 33,20   | 97,10       | 836,84                        |
| <b>Обед</b>          |                         |   |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 30                      | САЛАТ "СТЕПНОЙ"                               | 100          | 16,19      | 3,60             | 10,20   | 7,80        | 141,6                         |
| 2011                 | 82                      | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ      | 250          | 17,20      | 2,00             | 5,80    | 12,70       | 114,2                         |
| 2011                 | 255                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                        | 100          | 36,08      | 12,50            | 8,60    | 23,60       | 228,0                         |
| 2008                 | 323                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 11,33      | 10,20            | 6,70    | 45,90       | 292,3                         |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                  | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                          |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 930          | 108,80     | 31,90            | 31,90   | 124,80      | 939,14                        |
| <b>Ужин</b>          |                         |   |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 305                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ СВИНИНЫ СО СМЕТАНОЙ        | 200          | 57,98      | 7,80             | 13,50   | 17,00       | 227,2                         |
| 2008                 | 431                     | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                       | 200          | 4,70       | 0,10             | 0,00    | 9,90        | 41,0                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                   | 50           | 5,00       | 3,30             | 0,40    | 21,20       | 104,2                         |
| 2008                 |                         | БАТОН   | 50           | 5,50       | 6,30             | 4,00    | 30,60       | 188,5                         |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 500          | 73,18      | 17,50            | 17,90   | 78,70       | 560,89                        |
| <b>II Ужин</b>       |                         |   |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 435                     | ЙОГУРТ  | 200          | 53,00      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,9                         |
| Итого за прием пищи: |                         |   | 200          | 53,00      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                        |
| Всего за день:       |                         |   |              | 340,00     | 23,40            | 24,20   | 129,90      | 853,59                        |
| Сбалансированность:  |                         |   |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |



Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева

Директор  
ООО «КЦП» 4715025717  
А.В. Смирнов



# МЕНЮ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

Студенты сироты  
Пятница  
Первая

День :5  
Неделя:

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда     | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, |
|----------------------|-------------------------|------------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
|                      |                         |                                    |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |
| <b>Завтрак</b>       |                         |                                    |              |            |                  |         |             |                          |
| 2011                 | 401                     | ОЛАДЬИ С ПОВИДЛОМ                  | 200          | 20,40      | 13,40            | 13,80   | 87,20       | 540,8                    |
| 2008                 | 432                     | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                   | 200          | 10,65      | 4,30             | 4,40    | 20,10       | 141,0                    |
| 2008                 |                         | ЯБЛОКО                             | 150          | 21,00      | 0,50             | 0,50    | 16,00       | 72,3                     |
| Итого за прием пищи: |                         |                                    | 550          | 52,05      | 18,20            | 18,70   | 123,30      | 754,06                   |
| <b>Обед</b>          |                         |                                    |              |            |                  |         |             |                          |
| 2011                 | 47                      | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ          | 100          | 11,90      | 1,60             | 5,10    | 8,20        | 87,6                     |
| 2008                 | 92                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ СВЕЖЕЙ    | 250          | 18,30      | 5,30             | 3,70    | 39,40       | 217,7                    |
| 1997                 | 474                     | КОТЛЕТА ОСОБАЯ                     | 100          | 45,53      | 18,00            | 21,20   | 14,90       | 332,1                    |
| 2011                 | 305                     | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 8,98       | 6,10             | 3,60    | 45,20       | 243,8                    |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                       | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                     |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| Итого за прием пищи: |                         |                                    | 850          | 112,71     | 34,60            | 34,20   | 142,50      | 1 044,17                 |
| <b>Ужин</b>          |                         |                                    |              |            |                  |         |             |                          |
| 2011                 | 259                     | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                | 220          | 95,50      | 13,30            | 17,80   | 32,00       | 351,3                    |
| 2008                 | 436                     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                   | 200          | 6,08       | 0,20             | 0,00    | 25,70       | 106,2                    |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                        | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| 2008                 |                         | МАНДАРИН                           | 95           | 27,08      | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 35,9                     |
| 2008                 |                         | БАТОН                              | 50           | 5,50       | 6,30             | 4,00    | 30,60       | 188,5                    |
| Итого за прием пищи: |                         |                                    | 500          | 138,16     | 23,30            | 22,40   | 112,80      | 766,33                   |
| <b>II Ужин</b>       |                         |                                    |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                 | 435                     | РЯЖЕНКА                            | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,9                    |
| Итого за прием пищи: |                         |                                    | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                   |
| Всего за день:       |                         |                                    | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                   |
| Сбалансированность:  |                         |                                    |              | 340,00     | 80,90            | 81,30   | 397,00      | 2 715,48                 |
|                      |                         |                                    |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                          |

Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева



Директор  
ООО КПП  
«КАМБИНАТ  
ИТЭБ ЛО  
ИТЭБ 1134715000925»  
А.В. Смирнов



# МЕНЮ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

Студенты сироты  
Понедельник  
Вторая

День : 7

Неделя:

| Сборник рецептур            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Цена, руб.    | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность, ккал |
|-----------------------------|-------------------------|--|--------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|
|                             |                         |  |              |               | Белки, г         | Жиры, г      | Углеводы, г   |                               |
| <b>Завтрак</b>              |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2011                        | 295                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ          | 100          | 35,78         | 10,60            | 10,90        | 11,40         | 191,6                         |
| 2011                        | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 8,93          | 6,50             | 5,80         | 41,40         | 250,3                         |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 4,70          | 0,20             | 0,10         | 15,00         | 63,3                          |
| 2008                        |                         | ПЕЧЕНЬЕ  | 90           | 29,00         | 3,40             | 4,40         | 33,50         | 192,2                         |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40           | 4,00          | 2,70             | 0,40         | 17,00         | 84,5                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>610</b>   | <b>82,41</b>  | <b>23,40</b>     | <b>21,60</b> | <b>118,30</b> | <b>781,85</b>                 |
| <b>Обед</b>                 |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 30                      | САЛАТ "СТЕПНОЙ"                                | 100          | 16,19         | 3,60             | 10,20        | 7,80          | 141,6                         |
| 2011                        | 101                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)                | 250          | 12,22         | 14,60            | 2,90         | 28,70         | 204,5                         |
| 2008                        | 254                     | СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ                               | 100          | 56,10         | 11,20            | 24,40        | 0,40          | 274,5                         |
| 2008                        | 346                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ             | 180          | 31,57         | 5,10             | 5,70         | 33,60         | 211,7                         |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                   | 200          | 24,00         | 0,90             | 0,20         | 17,80         | 78,5                          |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 20           | 2,00          | 1,35             | 0,20         | 8,50          | 42,2                          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>800</b>   | <b>142,08</b> | <b>36,75</b>     | <b>43,60</b> | <b>96,80</b>  | <b>953,04</b>                 |
| <b>Ужин</b>                 |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 261                     | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ                       | 100/50       | 53,33         | 5,30             | 11,80        | 0,30          | 132,7                         |
| 2011                        | 305                     | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ             | 180          | 8,98          | 6,10             | 3,60         | 45,20         | 243,8                         |
| 2011                        | 342.1                   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                        | 200          | 8,68          | 0,20             | 0,20         | 17,00         | 72,4                          |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40           | 4,00          | 2,70             | 0,40         | 17,00         | 84,5                          |
| 2008                        |                         | БАТОН  | 50           | 5,67          | 6,30             | 4,00         | 30,60         | 188,5                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>600</b>   | <b>80,66</b>  | <b>20,60</b>     | <b>20,00</b> | <b>110,10</b> | <b>721,87</b>                 |
| <b>II Ужин</b>              |                         |  |              |               |                  |              |               |                               |
| 2008                        | 435                     | КЕФИР  | 200          | 34,85         | 4,50             | 4,60         | 19,90         | 142,8                         |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |  | <b>200</b>   | <b>34,85</b>  | <b>4,50</b>      | <b>4,60</b>  | <b>19,90</b>  | <b>142,82</b>                 |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |  | <b>200</b>   | <b>340,00</b> | <b>85,25</b>     | <b>89,80</b> | <b>345,10</b> | <b>2 599,58</b>               |
| <b>Сбалансированность:</b>  |                         |  |              | <b>0,00</b>   | <b>1</b>         | <b>1</b>     | <b>4</b>      |                               |



Директор  
ГАПОУ ЛО «Дубровский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева

(подпись)



Директор  
ООО «КШП»  
А.В. Смирнов

(подпись)



# МЕНЮ

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

День :8

Неделя:

Студенты сироты

Вторник

Вторая

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |  |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2011                 | 120                     | ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ          | 250          | 15,59      | 5,70             | 2,90    | 38,20       | 207,0                         |
| 2011                 | 209                     | ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ                                  | 40           | 16,00      | 7,70             | 6,20    | 0,40        | 90,9                          |
| 2008                 | 1                       | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                             | 50/10        | 10,00      | 4,50             | 11,00   | 21,50       | 208,9                         |
| 2008                 | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 550          | 44,09      | 18,10            | 20,20   | 75,10       | 569,98                        |
| <b>Обед</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 2                       | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                | 100          | 20,00      | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 11,2                          |
| 2011                 | 99                      | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ                      | 250          | 14,99      | 1,80             | 5,10    | 10,80       | 99,1                          |
| 2011                 | 259                     | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                            | 220          | 81,46      | 11,70            | 15,69   | 28,60       | 311,1                         |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                   | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 810          | 144,45     | 17,90            | 21,49   | 75,90       | 584,44                        |
| <b>Ужин</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 259                     | ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ                               | 75/50        | 73,83      | 4,70             | 12,20   | 1,60        | 139,3                         |
| 2011                 | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 9,97       | 6,50             | 5,70    | 41,40       | 249,4                         |
| 2008                 | 431                     | ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ                        | 200          | 4,70       | 0,30             | 0,10    | 15,20       | 64,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 50           | 5,00       | 3,30             | 0,40    | 21,20       | 104,2                         |
| 2008                 |                         | БАТОН  | 50           | 5,50       | 6,30             | 4,00    | 30,60       | 188,5                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 605          | 99,00      | 21,10            | 22,40   | 110,00      | 745,83                        |
| <b>II Ужин</b>       |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 |                         | ЯБЛОКО   | 110          | 17,61      | 0,50             | 0,50    | 16,00       | 72,3                          |
| 2008                 | 435                     | КЕФИР  | 200          | 34,85      | 4,50             | 4,60    | 19,90       | 142,8                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 200          | 52,46      | 5,00             | 5,10    | 35,90       | 215,12                        |
| Всего за день:       |                         |  |              | 340,00     | 44,20            | 49,09   | 236,80      | 1 608,64                      |
| Сбалансированность:  |                         |  |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                               |

Директор  
ГАПОУ ДО «Душанбский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева

Директор  
ООО «КЦП»  
А.В. Смирнов



# МЕНЮ

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

Студенты сироты

Среда

Вторая

День 9 :

Неделя:

| Сборник рецептов            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда       | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, |
|-----------------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
|                             |                         |                                      |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |
| <b>Завтрак</b>              |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2011                        | 210                     | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                    | 180          | 40,36      | 18,00            | 17,40   | 23,60       | 332,4                    |
| 2008                        |                         | БАТОН                                | 50           | 5,50       | 6,30             | 4,00    | 30,60       | 188,5                    |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                        | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                     |
| 2008                        |                         | ЯБЛОКО                               | 100          | 14,00      | 0,40             | 0,40    | 9,80        | 45,5                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 550          | 62,36      | 24,90            | 21,90   | 79,00       | 629,66                   |
| <b>Обед</b>                 |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2012                        | 33                      | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                      | 100          | 14,13      | 0,70             | 3,50    | 4,60        | 54,3                     |
| 2011                        | 102                     | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ          | 250          | 10,69      | 5,70             | 5,40    | 38,90       | 233,1                    |
| 2008                        | 265                     | ПЛОВ ПО-УЗБЕКСКИ ИЗ СВИНИНЫ          | 220          | 75,01      | 21,30            | 21,35   | 47,60       | 481,0                    |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                         | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                     |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 800          | 127,83     | 31,30            | 30,85   | 125,90      | 931,43                   |
| <b>Ужин</b>                 |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 1                       | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                        | 100          | 29,96      | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,5                     |
| 2008                        | 239                     | КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ                       | 100          | 54,30      | 22,00            | 14,50   | 26,70       | 334,5                    |
| 2011                        | 312                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 200          | 21,06      | 4,20             | 5,40    | 28,50       | 184,3                    |
| 2008                        | 436                     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                     | 180          | 5,04       | 0,20             | 0,00    | 23,10       | 95,5                     |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 50           | 4,60       | 3,30             | 0,40    | 21,20       | 104,2                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 600          | 114,96     | 30,50            | 20,40   | 102,00      | 732,97                   |
| <b>II Ужин</b>              |                         |                                      |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 435                     | КЕФИР                                | 200          | 34,85      | 4,50             | 4,60    | 19,90       | 142,8                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |                                      | 200          | 34,85      | 4,50             | 4,60    | 19,90       | 142,82                   |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |                                      |              | 340,00     | 91,20            | 77,75   | 326,80      | 2 436,88                 |
| <b>Сбалансированность:</b>  |                         |                                      |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                          |



Директор  
ГАПОУ ДО «Дужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева

Директор  
ООО «КШП» А.Е. Смирнов



# МЕНЮ

«      »      20    

Студенты сироты  
Четверг  
Вторая

День 10:  
Неделя:

| Сборник рецептов            | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                    | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, |
|-----------------------------|-------------------------|---|--------------|------------|------------------|---------|-------------|--------------------------|
|                             |                         |   |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                          |
| <b>Завтрак</b>              |                         |   |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 184                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250          | 19,80      | 9,70             | 7,20    | 21,70       | 195,7                    |
| 2008                        | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                 | 40/15        | 17,60      | 9,30             | 8,10    | 24,50       | 213,9                    |
| 2008                        | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                     |
| 2008                        |                         | ПЕЧЕНЬЕ   | 45           | 10,80      | 3,40             | 4,40    | 33,50       | 192,2                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | 550          | 50,70      | 22,60            | 19,80   | 94,70       | 665,07                   |
| <b>Обед</b>                 |                         |   |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 2                       | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                   | 100          | 20,00      | 0,80             | 0,10    | 1,70        | 11,2                     |
| 2012                        | 77                      | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ РЫБОЙ                            | 250/15       | 26,35      | 15,30            | 12,20   | 53,90       | 397,2                    |
| 2011                        | 295                     | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ БРОЙЛЕРОВ-ЦЫПЛЯТ             | 100          | 35,78      | 10,60            | 10,90   | 11,40       | 191,6                    |
| 2011                        | 312                     | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ              | 180          | 20,69      | 3,80             | 5,30    | 25,70       | 170,2                    |
| 2008                        | 436                     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                  | 200          | 6,08       | 0,20             | 0,00    | 25,70       | 106,2                    |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | 870          | 112,90     | 33,40            | 28,90   | 135,40      | 960,85                   |
| <b>Ужин</b>                 |                         |   |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 1                       | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                     | 60           | 18,00      | 0,60             | 0,10    | 2,00        | 11,6                     |
| 2011                        | 251                     | ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ                                   | 200          | 63,70      | 9,20             | 17,30   | 18,20       | 273,2                    |
| 2008                        | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                      | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                     |
| 2008                        |                         | МАНДАРИН  | 110          | 31,85      | 0,80             | 0,20    | 7,50        | 35,9                     |
| 2008                        |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                       | 40           | 4,00       | 2,70             | 0,40    | 17,00       | 84,5                     |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | 600          | 141,55     | 14,20            | 18,20   | 62,50       | 483,73                   |
| <b>II Ужин</b>              |                         |   |              |            |                  |         |             |                          |
| 2008                        | 435                     | КЕФИР   | 200          | 34,85      | 4,50             | 4,60    | 19,90       | 142,8                    |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |                         |   | 200          | 34,85      | 4,50             | 4,60    | 19,90       | 142,82                   |
| <b>Всего за день:</b>       |                         |   |              | 340,00     | 74,70            | 71,50   | 312,50      | 2 252,47                 |
| <b>Сбалансированность:</b>  |                         |   |              | 0,00       | 1                | 1       | 4           |                          |

Директор  
ГАПОУ ЛО «Лужский агропромышленный техникум»  
В.И. Ибраева



Директор  
ООО «СПИТ»  
А.В. Смирнов



# МЕНЮ

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_

День 11:

Неделя:

Студенты сироты

Пятница

Вторая

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                 | Масса порции | Цена, руб. | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |  |              |            | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 189                     | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 250          | 14,87      | 12,60            | 8,30    | 45,30       | 314,6                         |
| 2008                 | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                              | 40/25        | 26,40      | 5,10             | 9,90    | 8,40        | 147,4                         |
| 2008                 | 430                     | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 200          | 2,50       | 0,20             | 0,10    | 15,00       | 63,3                          |
| 2008                 |                         | ЯБЛОКО   | 200          | 28,00      | 0,80             | 0,80    | 19,60       | 91,1                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 565          | 71,77      | 18,70            | 19,10   | 88,30       | 616,33                        |
| <b>Обед</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 2                       | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                 | 100          | 23,01      | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,5                          |
| 2011                 | 99                      | СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ                      | 250          | 14,28      | 1,80             | 5,10    | 10,80       | 99,1                          |
| 2011                 | 309                     | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 180          | 8,94       | 6,50             | 5,80    | 41,40       | 250,3                         |
| 2008                 | 283                     | ТЕФТЕЛИ ИЗ СВИНИНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ            | 130          | 39,56      | 19,90            | 20,10   | 41,10       | 437,0                         |
| 2008                 | 442                     | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                   | 200          | 24,00      | 0,90             | 0,20    | 17,80       | 78,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 50           | 5,69       | 1,35             | 0,20    | 8,50        | 42,2                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 910          | 115,48     | 31,25            | 31,50   | 122,10      | 921,69                        |
| <b>Ужин</b>          |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 1                       | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                  | 80           | 22,78      | 0,80             | 0,10    | 2,50        | 14,5                          |
| 2011                 | 139                     | КАПУСТА ТУШЕНАЯ СО СВИНИНОЙ                    | 240          | 82,42      | 10,50            | 18,60   | 12,20       | 266,1                         |
| 2008                 | 436                     | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                               | 180          | 5,47       | 0,20             | 0,00    | 23,10       | 95,5                          |
| 2008                 |                         | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                    | 50           | 5,00       | 3,30             | 0,40    | 21,20       | 104,2                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 550          | 115,67     | 14,80            | 19,10   | 59,00       | 480,21                        |
| <b>II Ужин:</b>      |                         |  |              |            |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 435                     | РЯЖЕНКА  | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,9                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 200          | 37,08      | 4,80             | 6,00    | 18,40       | 150,92                        |
| Всего за день:       |                         |  | 340,00       | 69,55      | 75,70            | 287,80  | 2 169,15    |                               |
| Сбалансированность:  |                         |  | 0,00         | 1          | 1                | 4       |             |                               |