



Утверждаю:

Директор ГАПОУ БТНПТ

Л.В. Мантула

**Примерное двухнедельное меню по обеспечению горячим питанием обучающихся
ГАПОУ "Брянский техникум питания и торговли" в осенне-зимний период.**

| Дни недели | № рец. | Наименование блюда | Масса порции, гр | Пищевые вещества (г) | | | Энергетич. ценность (Ккал) |
|--------------------|--------|---|------------------|----------------------|--------------|---------------|----------------------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| | | Первая неделя | | | | | |
| Понедельник | | Обед | | | | | |
| | 111 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 |
| | ТТК | Котлета нежная | 50 | 6,60 | 6,90 | 6,70 | 115,00 |
| | 304 | Рис отварной | 150 | 3,65 | 5,37 | 36,68 | 209,70 |
| | 591 | Кисель п/я | 200 | | | 30,60 | 118,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 16,30 | 17,93 | 113,88 | 687,17 |
| Вторник | | Обед | | | | | |
| | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной | 250/5 | 1,77 | 4,95 | 7,90 | 89,75 |
| | 259 | Жаркое по-домашнему | 180 | 12,30 | 29,50 | 16,58 | 383,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 17,86 | 35,05 | 66,58 | 662,22 |
| Среда | | Обед | | | | | |
| | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 |
| | 260 | Гуляш из свинины | 50/50 | 10,64 | 16,19 | 2,89 | 309,00 |
| | 171 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150/5 | 8,85 | 9,55 | 39,86 | 280,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 28,77 | 31,61 | 101,39 | 926,72 |
| Четверг | | Обед | | | | | |
| | 96 | Рассольник Ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| | 234 | Котлета рыбная из минтая | 50 | 6,88 | 5,60 | 9,61 | 116,00 |
| | 312 | Пюре картофельное с маслом сливочным | 150/5 | 3,06 | 4,80 | 20,44 | 137,25 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 15,75 | 16,09 | 84,13 | 549,97 |
| Пятница | | Обед | | | | | |
| | 82 | Борщ из свежей капусты с картофелем, сметаной | 250/5 | 1,80 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| | 295 | Котлета из цыплят | 50 | 7,65 | 14,70 | 7,73 | 194,00 |
| | 203 | Макароны отварные с маслом сливочным | 155 | 5,73 | 6,08 | 31,98 | 205,50 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 18,97 | 26,30 | 92,74 | 692,72 |
| Суббота | | Обед | | | | | |
| | 3 | Бутерброд с сыром маслом сливочным | 15/10/20 | 5,80 | 8,30 | 14,83 | 157,00 |
| | 173 | Каша вязкая молочная с маслом | 200/10 | 6,00 | 10,85 | 42,95 | 294,00 |
| | 382 | Какао на молоке | 200 | 4,08 | 3,50 | 17,58 | 118,60 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 17,86 | 22,90 | 44,49 | 628,10 |

| | | Вторая неделя | | | | | |
|--------------------|-----|---|--------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| Понедельник | | Обед | | | | | |
| | 88 | Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной | 250/5 | 1,77 | 4,95 | 7,90 | 89,75 |
| | 295 | Котлета из цыплят | 50 | 7,65 | 14,70 | 7,73 | 194,00 |
| | 203 | Макароны отварные с маслом сливочным | 150/5 | 5,73 | 6,08 | 31,98 | 205,50 |
| | 591 | Кисель п/я | 200 | | | 30,60 | 118,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 18,81 | 26,31 | 105,11 | 734,72 |
| Вторник | | Обед | | | | | |
| | 102 | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,49 | 5,27 | 16,54 | 148,25 |
| | 291 | Плов из цыплят | 150 | 12,71 | 7,85 | 26,80 | 229,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 21,99 | 13,72 | 85,44 | 566,72 |
| Среда | | Обед | | | | | |
| | 96 | Рассольник ленинградский со сметаной | 250/5 | 2,02 | 5,09 | 11,98 | 107,25 |
| | ТТК | Голубцы мясные из свинины | 160 | 8,46 | 9,95 | 21,32 | 209,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 14,27 | 15,64 | 75,40 | 505,72 |
| Четверг | | Обед | | | | | |
| | 111 | Суп с макаронными изделиями | 250 | 2,39 | 5,08 | 13,00 | 117,00 |
| | ТТК | Цыплята в сметанном соусе | 50/50 | 15,60 | 8,40 | 3,30 | 151,20 |
| | 171 | Каша гречневая рассыпчатая с маслом | 150/5 | 8,85 | 9,55 | 39,86 | 280,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 30,63 | 23,63 | 98,26 | 737,67 |
| Пятница | | Обед | | | | | |
| | 82 | Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной | 250/5 | 1,80 | 4,92 | 10,93 | 103,75 |
| | 279 | Тефтели с соусом | 60/50 | 6,96 | 16,11 | 11,61 | 223,00 |
| | 142 | Картофель тушеный | 150 | 4,00 | 15,74 | 28,47 | 270,00 |
| | 377 | Чай с сахаром | 200/15 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 |
| | | Хлеб | 30 | 1,68 | 0,33 | 14,82 | 68,97 |
| | | Батон | 25 | 1,98 | 0,25 | 12,08 | 58,50 |
| | | Итого: | | 16,55 | 37,37 | 93,11 | 786,22 |
| Суббота | | Обед | | | | | |
| | 223 | Запеканка творожная с молоком сгущенным | 100/20 | 20,46 | 15,48 | 39,20 | 378,00 |
| | 591 | Кисель п/я | 200 | | | 30,60 | 118,00 |
| | | Итого: | | 20,46 | 15,48 | 69,80 | 496,00 |

Зав. производством

Лаврова В.Е.

Лаврова В.Е.