



УТВЕРДЖАЮ:
 Директор ГАПОУ СО «Красноуфимский
 аграрный колледж»
 _____ Т.Н. Кузнецова

МЕНЮ

«17» января 2021 г.

Наименование блюд	Выход грамм	Белки, грамм		Жиры, грамм		Углеводы	Э.Ц., ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг			Цена
		всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Fe	B ₁	B ₂	C	
Салаты:													
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0		-
салат из капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0		20-00
Первые блюда:													
суп гороховый	250/10	5,31	0	50,	5,68	19,81	146,5	88,4	2,56	0,21	0,1		24-00
Вторые блюда:													
котлета из говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1		45-00
бифштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2		71-00
рис отварной	150	2,9	2,93	4,41	0,31	26,55	158,3	59,1	0,63	0,04	0,1		14-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1		1-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	0,62	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0		12-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1		25-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	2,2	0		9-00
Диетические блюда:													
каша пшеничная молочная	150/5	5,43	2,67	6,21	0,89	24,31	174,7	131,4	1,1	0,13	0,1		10-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0		23-00
Мучные изделия:													
пирог с повидлом	75	3,73	0,43	1,67	0,67	38,86	183,4	16,05	6,82	0,05	0		25-00
хлеб пшеничный	20	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0		3-00
Напитки:													
компот из сухофруктов	200	0,49	0	0,03	0,03	18,26	71,68	82,85	1,23	0,05	0,1		5-00
чай с пакетиками и сахаром	200	0,2	0	0	0	0	58	0	0	0,02	0		4-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0		22-00

Зав. столовой: *Т.Е.Уф*

Калькулятор: *Т.Е.Уф*



УТВЕРЖАЮ:
 Директор ГАПОУ СО «Красноуфимский
 аграрный колледж»
 Т.Н. Кузнецова

МЕНЮ

«18» января 2022 г.

Наименование блюд	Выход грамм	Белки, грамм		Жиры, грамм		Углеводы	Э.Ц., ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг			Цена
		всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Fe	B ₁	B ₂	C	
Салаты: неевтерменей													29-00
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	27-00
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	20-00
Первые блюда:													
борщ со свежей капустой	250/10	2,25	0,28	5,31	2,72	11,07	100	113,1	2	0,09	0,1	22	29-00
Вторые блюда:													
котлета из мяса говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1	1,4	45-00
бифштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2	0,1	71-00
пюре картофельное	150	5,95	1,6	6,59	0,95	37,43	235	82,85	1,94	0,22	0,2	19	22-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	0,62	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	40-00
рожки отварные	150	5,1	0,05	4,38	2,28	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	12-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	11,3	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	25-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	9-00
Диетические блюда:													
каша рисовая молочная	150/5	2,9	0,93	4,41	0,31	26,55	158,3	59,1	0,63	0,04	0,1	4,4	28-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	21-00
Мучные изделия:													
булочка домашняя	50	4,04	0,17	7,14	0,5	30,45	203,2	14,76	0,55	0,06	0	1,1	15-00
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
Напитки:													
компот из сухофруктов	200	0,49	0	0,03	0,03	18,26	71,68	82,85	1,29	0,05	0,1	13	5-00
чай с пакетиками и сахаром	200	0,2	0	0	0	0	58	0	0	0,02	0	0	4-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	22-00

Зав. столовой: *БЕАФ*

Калькулятор: *БЕАФ*

УТВЕРЖАЮ:
 Директор ГАПОУ СО «Красноуфимский
 аграрный колледж»
 Т.Н. Кузнецова



МЕНЮ

«19» января 2002 г.

Наименование блюд	Выход грамм	Белки, грамм		Жиры, грамм		Углеводы	Э.Ц., ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг			Цена
		всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Fe	B ₁	B ₂	C	
Салаты: <i>необитменский</i>	100												29-00
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	27-00
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	20-00
Первые блюда:													
рассольник со сметаной	250/10	2,27	0	5,54	5,36	13,79	114,4	89,06	1,7	0,12	0,1	21	32-00
Вторые блюда:													
котлета из мяса говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1	1,4	45-00
бифштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2	0,1	41-00
пюре картофельное	150	5,95	1,6	6,59	0,95	37,43	235	82,85	1,94	0,22	0,2	19	22-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	40-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	2,62	36,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	12-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	25-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	9-00
Диетические блюда:													
каша ячневая молочная	150/5	10,05	5,29	11,1	0,7	47,87	334,4	286,5	1,77	0,19	0,3	10	10-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	23-00
Мучные изделия:													
сдоба обыкновенная	50	5,26	0,83	3,91	3,64	32,43	187,6	29,96	2,56	0,06	0,1	0,1	15-00
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
Напитки:													
компот из сухофруктов	200	0,49	0	0,03	0,03	18,26	71,68	82,85	1,29	0,05	0,1	13	5-00
чай с пакетиками и сахаром	200	0,2	0	0	0	0	58	0	0	0,02	0	0	4-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	22-00

Зав. столовой: *Кузнецова*

Калькулятор: *Кузнецова*

УТВЕРЖАЮ:
 Директор ГАПОУ СО «Красноуфимский
 аграрный колледж»
 Т.Н. Кузнецова



МЕНЮ

«20» января 2022 г.

Наименование блюд	Выход грамм	Белки, грамм		Жиры, грамм		Углеводы	Э.Ц., ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг			Цена
		всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Fe	B ₁	B ₂	C	
Салаты: маслостенные													
салат степной	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	3,3	29-00
салат из капусты	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	38	27-00
Первые блюда:													
суп гороховый	250/10	5,31	0	5,0	5,68	19,81	146,5	88,4	2,56	0,21	0,1	15	20-00
Вторые блюда:													
котлета из говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1	1,4	45-00
бифштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2	0,1	71-00
поре картофельное	150	5,95	1,6	6,59	0,95	37,43	235	82,85	1,94	0,22	0,2	19	38-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13	0,2	0,1	0	40-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	0,62	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	12-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	25-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	2,2	0	0	9-00
Диетические блюда:													
каша пшеничная молочная	150/5	5,43	2,67	6,21	0,89	24,31	174,7	131,4	1,1	0,13	0,1	52	10-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	23-00
Мучные изделия:													
пирог с канустой <i>картонный</i>	100	4,24	0,03	3,69	0,42	20,11	131,6	22,96	0,6	0,04	0	2,7	14-00
хлеб пшеничный	20	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
Напитки:													
компот из сухофруктов	200	0,49	0	0,03	0,03	18,26	71,68	82,85	1,23	0,05	0,1	13	5-00
чай с пакетиками и сахаром	200	0,2	0	0	0	0	58	0	0	0,02	0	0	4-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	28-00

Зав. столовой:

Кузнецова

Калькулятор:

Кузнецова

УТВЕРЖАЮ:
 Директор ГАПОУ СО «Красноуфимский
 аграрный колледж»
 Т.Н. Кузнецова



МЕНЮ

«21» января 2022 г.

Наименование блюд	Выход грамм	Белки, грамм		Жиры, грамм		Углеводы	Э.Ц., ккал	Минеральные элементы		Витамины, мг			Цена
		всего	в т.ч.	всего	в т.ч.			Ca	Fe	B ₁	B ₂	C	
Салаты: <i>вместе</i>	<i>100</i>												<i>21-00</i>
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	<i>27-00</i>
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	<i>20-00</i>
Первые блюда:													
борщ со свежей капустой	250/10	2,25	0,28	5,31	2,72	11,07	100	113,1	2	0,09	0,1	22	<i>24-00</i>
Вторые блюда:													
котлета из мяса говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1	1,4	<i>45-00</i>
бифштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2	0,1	<i>41-00</i>
пюре картофельное	150	5,95	1,6	6,59	0,95	37,43	235	82,85	1,94	0,22	0,2	19	<i>22-00</i>
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	0,62	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	<i>40-00</i>
рожки отварные	150	5,1	0,05	4,38	2,28	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	<i>12-00</i>
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	11,3	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	<i>25-00</i>
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	<i>9-00</i>
Диетические блюда:													
каша рисовая молочная	150/5	2,9	0,93	4,41	0,31	26,55	158,3	59,1	0,63	0,04	0,1	4,4	<i>22-00</i>
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	<i>23-00</i>
Мучные изделия:													
булочка <i>домашняя</i>	<i>100</i>	4,04	0,17	7,14	0,5	30,45	203,2	14,76	0,55	0,06	0	1,1	<i>31-00</i>
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	<i>3-00</i>
Напитки:													
компот из сухофруктов	200	0,49	0	0,03	0,03	18,26	71,68	82,85	1,29	0,05	0,1	13	<i>5-00</i>
чай с пакетиками и сахаром	200	0,2	0	0	0	0	58	0	0	0,02	0	0	<i>4-00</i>
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	<i>22-00</i>

Зав. столовой: *БЕИР*

Калькулятор: *БЕИР*