

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



## МЕНЮ

« 18 » октября 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 <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	
<b>Салаты:</b>													
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	23-00
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	16-00
<b>Первые блюда:</b>													
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	25-00
<b>Вторые блюда:</b>													
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	43-00
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	20-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	0,62	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	30-00
рожки отварные	150	5,1	0,05	4,38	2,28	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	11-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	11,3	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	21-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	8-00
<b>Диетические блюда:</b>													
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	18-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	23-00
<b>Мучные изделия:</b>													
булочка домашняя	50	4,04	0,17	7,14	0,5	30,45	203,2	14,76	0,55	0,06	0	1,1	13-00
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
<b>Напитки:</b>													
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	3-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	14-00

Зав. столовой: *Бонур*

Калькулятор: *Бонур*

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



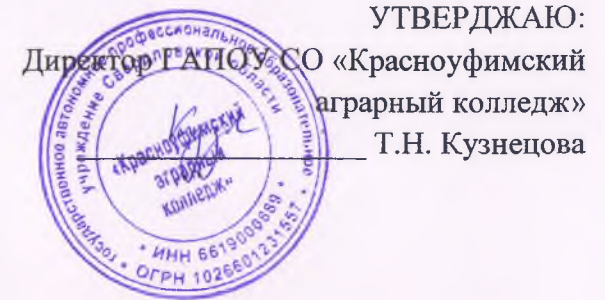
## МЕНЮ

«19» октября 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 <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	
<b>Салаты:</b>													
салат степной	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	3,3	23-00
салат из капусты	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	38	16-00
<b>Первые блюда:</b>													
суп гороховый	250/10	5,31	0	5,0	5,68	19,81	146,5	88,4	2,56	0,21	0,1	15	22-00
<b>Вторые блюда:</b>													
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	43-00
биштекс 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	80-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13	0,2	0,1	0	30-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	0,62	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	11-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	21-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	2,2	0	0	8-00
<b>Диетические блюда:</b>													
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	9-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	23-00
<b>Мучные изделия:</b>													
пирог с капустой	100	4,24	0,03	3,69	0,42	20,11	131,6	22,96	0,6	0,04	0	2,7	25-00
хлеб пшеничный	20	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
<b>Напитки:</b>													
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	3-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	14-00

Зав. столовой:

Калькулятор:



## МЕНЮ

« 20 » октября 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 <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	
<b>Салаты:</b>													
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	23-00
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	16-00
<b>Первые блюда:</b>													
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	30-00
<b>Вторые блюда:</b>													
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	43-00
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	20-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	20-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	2,62	36,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	11-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	21-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	8-00
<b>Диетические блюда:</b>													
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
<b>Мучные изделия:</b>													
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	11-00
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
<b>Напитки:</b>													
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	3-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	14-00

Зав. столовой: *Боня*

Калькулятор: *Боня*



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

## МЕНЮ

« 21 » октября 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 <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	
<b>Салаты:</b>													
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0		23-00
салат из капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0		16-00
<b>Первые блюда:</b>													
суп гороховый	250/10	5,31	0	50,	5,68	19,81	146,5	88,4	2,56	0,21	0,1		22-00
<b>Вторые блюда:</b>													
котлета из говядины	50/50	14,22	13,99	13,9	0,14	6,43	208	20,6	2,15	0,05	0,1		43-00
биштекс из говядины	53	22,34	22,34	21,8	2,5	0,41	286,9	24,87	3,24	0,07	0,2		81-00
рис отварной	150	2,9	2,93	4,41	0,31	26,55	158,3	59,1	0,63	0,04	0,1		16-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	11,3	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1		30-00
рожки отварные	150	5,01	0,05	4,38	0,62	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0		11-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	2,28	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1		81-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	2,2	0		8-00
<b>Диетические блюда:</b>													
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		9-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0		23-00
<b>Мучные изделия:</b>													
пирог с повидлом	75	3,73	0,43	1,67	0,67	38,86	183,4	16,05	6,82	0,05	0		17-00
хлеб пшеничный	20	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0		3-00
<b>Напитки:</b>													
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		3-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0		17-00

Зав. столовой: *Белар*

Калькулятор: *Белар*



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

## МЕНЮ

«24» октября 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 <sub>1</sub>	B <sub>2</sub>	C	
<b>Салаты:</b>													
салат степной	100	1,4	0	10	10,03	9	131,9	18,92	0,7	0,05	0	3,3	23-00
салат из свежей капусты	100	1,68	0	6,62	6,62	9,86	103,8	46,76	0,64	0,03	0	38	16-00
<b>Первые блюда:</b>													
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	26-00
<b>Вторые блюда:</b>													
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	43-00
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	20-00
капуста тушеная	150	6,1	0	11,3	0,62	27,2	125,7	13,5	13,0	0,2	0,1	0	30-00
рожки отварные	150	5,1	0,05	4,38	2,28	30,52	184,3	13,18	0,71	0,06	0	0	11-00
гречка отварная	150	8,22	0,05	6,31	11,3	35,74	236	13,57	4,03	0,21	0,1	0	21-00
соус	50	1,3	0	2,4	2,4	4,2	44	0	0	0,2	0	0	8-00
<b>Диетические блюда:</b>													
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	18-00
молоко кипяченое	200	6,02	0	0,33	0,33	23,35	118	7,48	0,77	0,06	0	0	23-00
<b>Мучные изделия:</b>													
булочка домашняя	50	4,04	0,17	7,14	0,5	30,45	203,2	14,76	0,55	0,06	0	1,1	13-00
хлеб пшеничный	020	3,97	0	0,39	0,39	28,02	134,1	8,97	0,92	0,07	0	0	3-00
<b>Напитки:</b>													
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	3-00
сок яблочный	190	1,0	0	0,2	0	20,2	82,68	14	2,8	0,02	0	4	14-00

Зав. столовой:

Калькулятор: