

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООБ "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

1 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
КАША вязкая молочная из пшениной крупы	250	10,03	10,06	51,08	336,73
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	46,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,61	0,21	10,28	49,46
Итого за прием пищи:	550	20,59	17,41	104,09	655,63
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	100	1,22	4,95	6,49	76,53
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/10/5	3,95	13,08	12,58	184,38
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	100	13,64	11,02	3,54	183,74
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,57	37,00	225,04
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,42	69,67
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	925	32,32	35,32	122,69	956,32
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
ЦЫПЛЕНОК ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	28,40	5,80	0,80	170,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	0,34	0,08	24,09	98,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	600	41,60	16,82	138,38	872,69
Ужин 2					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого за прием пищи:	275	6,60	7,54	75,39	396,17
Всего за день:		112,54	89,44	504,35	3299,66

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

2 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,10	16,50	0,16	149,60
ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	13,53	10,88	70,82	437,18
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,91	1,21	14,62	77,31
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	40	2,96	0,24	19,47	91,89
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	35	2,25	0,30	14,39	69,25
Итого за прием пищи:	550	23,38	30,15	137,45	916,93
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,40	10,10	6,60	123,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	6,10	6,47	21,86	170,28
РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ	100	7,80	8,49	11,59	153,87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,73	20,47	25,15	300,40
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	955	26,24	46,33	125,86	1024,51
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	108,00
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,83	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,91	23,11	16,54	358,03
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,56	5,58	41,91	244,18
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	18,59	83,42
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого за прием пищи:	550	33,23	29,40	109,09	833,68
Ужин 2					
кондитерское изделие в ассортименте	50	3,75	4,90	37,20	208,50
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,39	0,39	9,51	45,59
Итого за прием пищи:	350	4,34	5,39	61,71	314,09
Всего за день:		98,62	123,62	497,91	3507,96

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
И.С. Зубявленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

3 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5,90	0,00	72,60
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ	250	8,21	12,08	30,43	262,43
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,61	0,21	10,28	49,46
Итого за прием пищи:	550	18,87	19,43	83,64	584,33
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,39	5,91	8,11	91,02
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И КУРОЙ	250/15	6,40	4,50	18,60	141,00
ПОДЖАРКА ИЗ СВИНИНЫ	100	13,73	54,73	5,20	569,50
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,42	69,67
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	925	32,85	71,36	140,23	1335,35
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	29,89	22,88	46,26	511,02
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого за прием пищи:	570	38,63	24,95	118,01	850,07
Ужин 2					
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,63	7,35	55,80	312,75
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого за прием пищи:	275	6,60	7,54	75,39	396,17
Всего за день:		108,38	135,63	481,07	3584,67

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"

А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"
Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубаленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

4 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Джем порциями	20	0,12	0,02	14,58	56,80
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	7,08	9,98	47,82	310,73
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Итого за прием пищи:	505	10,03	11,12	95,39	519,23
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	100	0,66	5,11	2,61	61,63
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250/15	3,90	2,80	20,00	121,00
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ЦЫПЛЯТ	100	13,51	15,78	15,62	258,82
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,36	5,01	23,96	154,85
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,90
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Итого за прием пищи:	925	29,18	29,49	136,40	931,16
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	105,00
кондитерское изделие в АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	250	9,55	9,90	45,20	314,50
Ужин					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,99	14,90	7,97	225,09
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,11	4,11	12,94	107,80
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,20	0,10	27,80	115,00
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	66,92
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого за прием пищи:	600	27,84	21,08	105,46	727,94
Ужин 2					
кондитерское изделие в АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,00	0,00	25,12	100,47
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	350	4,09	5,24	70,68	349,09
Всего за день:		80,69	76,83	453,13	2841,92

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

5 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	250	10,95	11,43	43,31	320,39
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,61	0,21	10,28	49,46
Итого за прием пищи:	560	21,61	18,78	96,52	642,29
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ	100	4,10	7,45	9,66	122,15
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/15	4,64	14,91	12,54	203,61
ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100/30	11,46	25,54	14,63	334,40
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	3,30	3,90	21,06	132,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	21,30	85,15
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	975	30,51	52,50	124,76	1094,87
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	100/30	10,20	7,81	7,70	141,93
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,38	5,01	23,98	154,85
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	200	0,34	0,08	24,09	98,94
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Итого за прием пищи:	630	22,44	18,32	124,02	752,27
Ужин 2					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	6,36	40,12
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Итого за прием пищи:	375	6,17	7,79	79,16	412,87
Всего за день:		92,16	109,74	488,25	3321,05

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубаленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

6 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	250	13,19	8,23	53,01	340,27
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,28	0,17	8,23	39,57
Итого за прием пищи:	490	16,15	8,62	85,98	485,78
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,40	10,10	6,60	123,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	265	2,80	4,10	7,60	80,00
ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	100	15,70	15,90	3,10	218,00
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,56	5,16	11,76	111,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	28,53	117,90
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	925	32,01	36,05	103,26	867,46
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ КУР С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100/30	14,20	17,60	11,40	264,00
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,34	4,62	45,52	240,94
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗЮМ)	200	0,45	0,10	27,29	112,56
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого за прием пищи:	630	27,53	24,29	140,96	896,55
Ужин 2					
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,10	0,10	27,80	113,00
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	300	0,44	0,44	36,26	153,12
Всего за день:		87,56	81,75	430,26	2821,66

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

7 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	250	7,19	8,19	39,91	261,26
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,10	16,50	0,16	149,60
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,81	0,21	10,28	49,46
Итого за прием пищи:	550	13,31	26,14	93,28	659,96
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,22	4,95	6,49	76,53
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250/15	6,40	4,50	18,60	141,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	12,08	37,03	24,99	482,57
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,36	77,41
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Итого за прием пищи:	895	26,71	47,18	115,10	994,47
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
кондитерское изделие в ассортименте	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	250	9,55	9,90	45,20	314,50
Ужин					
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	100	14,74	28,28	12,36	362,97
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого за прием пищи:	600	27,90	35,87	129,55	951,22
Ужин 2					
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,63	7,35	55,80	312,75
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	375	6,94	7,88	83,75	436,29
Всего за день:		84,41	126,97	466,88	3356,44

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области

"Велховский многопрофильный техникум"

А.М. Белницкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Комбинат питания №1"

Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

8 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,84	5,90	0,00	72,80
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	250	9,98	12,72	41,38	320,39
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,61	0,21	10,28	49,46
Итого за прием пищи:	550	20,64	20,07	94,39	640,29
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,42	6,09	8,28	93,46
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/25	6,10	6,47	21,86	170,28
ЦЫПЛЕНОК ЗАПЕЧЕННЫЙ	100	28,40	5,80	0,80	170,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,57	37,00	225,04
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,42	69,67
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,63
Итого за прием пищи:	935	49,43	24,63	131,02	945,41
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,91	23,11	16,54	358,03
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,97	7,12	15,84	140,88
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,20	0,10	27,80	115,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,50	68,92
Итого за прием пищи:	550	28,87	30,85	91,23	761,96
Ужин 2					
кондитерское изделие в ассортименте	75	5,63	7,35	55,80	312,75
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого за прием пищи:	275	6,60	7,54	75,39	396,17
Всего за день:		116,87	95,44	455,83	3162,68

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Федеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

9 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	20	0,10	16,50	0,16	149,60
КАША АРТЕКОВСКАЯ МОЛОЧНАЯ	250	10,43	15,11	59,26	415,91
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,31	2,43	26,63	142,21
Батон нарезной обогащенный микронутриентами	35	2,55	0,99	17,46	88,95
Итого за прием пищи:	506	16,38	35,03	103,60	796,67
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	100	0,80	0,10	1,70	13,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	250/15	6,18	21,11	9,12	251,72
ТЕФТЕЛИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	100/30	10,82	23,22	13,62	306,97
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	180	3,36	5,01	23,98	154,85
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	80	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	866	28,17	50,14	113,44	1020,91
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,51	21,41	3,63	273,73
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого за прием пищи:	550	25,72	27,56	107,82	781,98
Ужин 2					
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Итого за прием пищи:	300	0,54	0,44	23,36	100,12
Всего за день:		82,25	125,51	411,92	3118,43

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белникий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся
ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-
дневному меню обучающихся.

10 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,64	5,90	0,00	72,80
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	250	10,30	11,43	49,11	341,32
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Хлеб пшеничный	20	1,48	0,12	9,74	45,94
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,61	0,21	10,28	49,48
Итого за прием пищи:	550	20,96	18,78	102,32	663,22
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,24	5,91	6,57	85,83
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	250/15	6,40	4,50	18,60	141,00
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	250	12,08	37,03	24,99	482,57
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,38	77,41
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	895	26,73	48,14	115,18	1003,57
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,35	63,80	418,75
Ужин					
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	100	19,95	14,61	4,67	230,14
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,62
Итого за прием пищи:	550	30,03	20,84	100,55	708,81
Ужин 2					
КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	375	6,07	7,79	92,06	465,87
Всего за день:		95,22	107,90	473,91	3260,22

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области

"Волховский многопрофильный техникум"

А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор

ООО "Комбинат питания №1"

Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

11 день

2023г

Приним пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ	100	1,22	0,10	11,33	52,28
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	200	19,29	31,88	3,64	378,64
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Итого за прием пищи:	585	25,56	33,26	62,56	651,54
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	100	1,10	5,17	11,29	96,58
РАССОЛЬНИК МОСКОВСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/15	2,70	4,30	16,80	117,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	20,91	23,11	16,54	358,03
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	5,52	45,24	247,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	78,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	925	36,04	38,80	154,89	1113,18
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
Итого за прием пищи:	250	9,55	9,90	45,20	314,50
Ужин					
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	100	14,88	33,15	13,17	410,58
КАПУСТА ТУШЕНАЯ	180	4,11	4,11	11,97	103,93
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (ИЗКОМ)	200	0,45	0,10	27,29	112,56
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92
БАТОН	50	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого за прием пищи:	600	27,98	39,33	109,18	906,12
Ужин 2					
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	300	1,31	0,53	27,95	123,54
Всего за день:		100,44	121,82	399,78	3108,88

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белицкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубаленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-дневному меню обучающихся.

12 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
Джем порциями	20	0,12	0,02	14,58	56,80
КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	250	10,72	8,76	42,92	293,87
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,62	5,96	0,00	73,03
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,30	0,10	15,20	62,00
БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70
Итого за прием пищи:	525	18,39	15,86	90,69	577,40
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,40	10,10	6,60	123,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	265	2,80	4,10	7,60	80,00
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	250	29,89	22,88	48,26	511,02
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	19,36	77,41
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого за прием пищи:	865	38,88	37,60	110,87	939,48
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
Итого за прием пищи:	375	11,77	12,69	72,16	458,87
Ужин					
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	100	14,27	6,20	11,80	160,53
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,36	5,01	23,98	154,85
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,22	0,18	14,60	68,92
Итого за прием пищи:	550	22,62	11,83	81,83	523,43
Ужин 2					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,35	55,80	312,75
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42
Итого за прием пищи:	275	6,60	7,54	75,39	396,17
Всего за день:		98,26	85,52	430,94	2895,35

Технолог

Заведующий производством

"СОГЛАСОВАНО"

Директор ГБПОУ Ленинградской области
"Волховский многопрофильный техникум"
А.М. Белцкий

"УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор
ООО "Комбинат питания №1"
Н.С. Зубавленко

Ежедневное меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся
ГБПОУ ЛО "ВМТ". Организация 5-разового горячего питания (завтрак, обед, полдник, ужин, поздний ужин) по 14-
дневному меню обучающихся.

13 день

2023г

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	250	7,75	12,50	33,50	280,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	15,00	60,00
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,61	0,21	10,28	49,46
Хлеб пшеничный	25	1,85	0,16	12,17	57,43
Итого за прием пищи:	500	11,41	12,97	70,95	446,89
Обед					
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100	1,59	6,89	8,44	102,83
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	250	7,69	9,61	22,00	205,36
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	100	15,70	15,90	3,10	218,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	3,30	3,90	21,06	132,60
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	17,42	69,67
ХЛЕБ ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	2,57	0,34	16,45	79,13
Хлеб пшеничный	60	4,44	0,36	29,21	137,83
Итого за прием пищи:	910	35,29	37,00	117,68	945,41
Полдник					
КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК В АССОРТИМЕНТЕ	200	5,80	5,00	8,00	106,00
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	75	5,63	7,36	55,80	312,75
Итого за прием пищи:	275	11,43	12,36	63,80	418,75
Ужин					
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	100	14,99	14,90	7,97	226,09
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	4,32	6,52	45,24	247,20
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	19,36	77,41
ФРУКТ СВЕЖИЙ ПО СЕЗОНУ	100	0,34	0,34	8,36	40,12
БАТОН	60	3,75	1,45	25,70	131,00
Итого за прием пищи:	630	23,40	22,21	106,63	721,82
Ужин 2					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ В АССОРТИМЕНТЕ	50	3,75	4,90	37,20	208,50
КИСЕЛЬ	200	0,10	0,10	27,90	113,00
Итого за прием пищи:	250	3,85	5,00	65,10	321,50
Всего за день:		85,38	89,53	424,15	2854,37

Технолог

Заведующий производством