



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

питания обучающихся
в ГАПОУ ЛО «Тихвинский промышленно-технологический техникум
им. Е.И. Лебедева»

из категории: проживающие в общежитии

МЕНЮ на 1 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Сырники со сметаной	150/15	44-00
2.	Чай с сахаром	200/15	8-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Щи из свежей капусты с курой и сметаной	250/15/10	37-00
2.	Тефтели в соусе	50/50	45-00
3.	Макароны отварные	200	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной		5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Котлета куринная	80	42-00
2.	Рис отварной с красным соусом	150/50	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00

МЕНЮ на 2 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с колбасой	30/30	14-00
2.	Каша манная с маслом	200/50	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	30	4-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Борщ с курой и сметаной	250/15/10	37-00
2.	Гуляш из курицы	50/50	45-00
3.	Греча отварная со свежим огурцом	200	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной		5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Ёжики в соусе	60/50	42-00
2.	Капуста тушеная	200	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00

МЕНЮ на 3 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с сыром	30/30	14-00
2.	Каша гречневая на молоке	200/50	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	30	4-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Рассольник с курой и сметаной	250/15/10	37-00
2.	Котлета куриная с красным соусом	50/50	45-00
3.	Рис отварной со свежим огурцом	200	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной		5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Рыба запеченая с кабачком	80	42-00
2.	Картофель отварной с маслом	150/50	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00

МЕНЮ на 4 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с ветчиной	30/30	14-00
2.	Каша ячневая с маслом	200/50	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Суп гороховый с копченостями	250/15	37-00
2.	Шницель с соусом	100/50	45-00
3.	Макароны отварные	150	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Овощное рагу с мясом	250/50	42-00
2.	Помидор свежий порционный	40	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00

МЕНЮ на 5 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Омлет натуральный с маслом	200/5	14-00
2.	Кекс бисквитный	30	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
Итого:			52-00
ОБЕД:			
1.	Суп картофельный с фрикадельками	250/10	37-00
2.	Котлета рыбная	75	45-00
3.	Картофельное пюре со свежим огурцом	250/30	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
Итого:			114-00
УЖИН:			
1.	Печень куриная по-строгановски	50/50	42-00
2.	Макароны отварные	150	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
Итого:			70-00
Всего:			236-00

МЕНЮ на 6 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Оладьи со сметаной	150/15	44-00
2.	Чай с сахаром	200/15	8-00
Итого:			52-00
ОБЕД:			
1.	Щи из свежей капусты с курой	250/10	37-00
2.	Биточки рыбные	75	45-00
3.	Картофельное пюре со свежим огурцом	250/30	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
Итого:			114-00
УЖИН:			
1.	Котлеты куриные	50/50	42-00
2.	Макароны отварные со свежим огурцом	150	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
Итого:			70-00
Всего:			236-00

МЕНЮ на 7 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с ветчиной	30/30	14-00
2.	Каша манная	200	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
Итого:			52-00
ОБЕД:			
1.	Борщ со сметаной	250/10	37-00
2.	Котлета куриная	75	45-00
3.	Макароны со свежим огурцом	250/30	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
Итого:			114-00
УЖИН:			
1.	Запеканка картофельная	70/40	58-00
2.	Чай с сахаром	200/15	8-00
3.	Хлеб ржаной	40	4-00
Итого:			70-00
Всего:			236-00

МЕНЮ на 8 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с колбасой	30/30	14-00
2.	Каша геркулесовая	200	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
Итого:			52-00
ОБЕД:			
1.	Рассольник	250/10	37-00
2.	Плов с курицей	250	62-00
3.	Компот фруктовый	200	10-00
4.	Хлеб ржаной	40	5-00
Итого:			114-00
УЖИН:			
1.	Биточки куриные	50/50	42-00
2.	Греча со свежим огурцом	150	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
Итого:			70-00
Всего:			236-00

МЕНЮ на 9 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Бутерброд с ветчиной	30/30	14-00
2.	Каша пшенная	200	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Куриный с вермишелью	250/10	37-00
2.	Ежики в соусе	75/50	45-00
3.	Макароны отварные со свежим огурцом	250/30	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Котлеты рыбные	50/50	42-00
2.	Картофельное пюре со свежим огурцом	150	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00

МЕНЮ на 10 день

№ п/п	Наименование блюда	Выход, гр.	Цена, руб.
ЗАВТРАК:			
1.	Оладьи со сметаной	200/5	14-00
2.	Вермишель молочная	200	26-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб пшеничный	30	4-00
		Итого:	52-00
ОБЕД:			
1.	Суп рыбный	250/10	37-00
2.	Сосиски отварные	75	45-00
3.	Картофельное пюре со свежим огурцом	250/30	17-00
4.	Компот фруктовый	200	10-00
5.	Хлеб ржаной	40	5-00
		Итого:	114-00
УЖИН:			
1.	Тeffтели куриные с соусом	50/50	42-00
2.	Греча отварная со свежим огурцом	150	16-00
3.	Чай с сахаром	200/15	8-00
4.	Хлеб ржаной	40	4-00
		Итого:	70-00
		Всего:	236-00