

Утверждаю _____
Директор филиала СТУПС в г.Новоалтайске
А.И.Куртушан

**Рекомендуемое перспективное меню (для учащихся 15-18 лет) 1 недели
(сентябрь 2023)**

Завтрак			Обед		
Наименование	Выход (гр)	калорий ность	Наименование	Выход (гр)	калорий ность
Понедельник					
Каша рисовая с повидлом	200/10/40	356.00	Рассольник ленинградский	250	133.00
Булочка дорожная	50	167.50	Сосиска отварная	60	198,30
Кисель из концентрата	200	118.00	Соус сметанный	50	61,00
Хлеб пшеничный	34	79.90	Макароны отварные	150	211.50
			Расстегай	100	249.00
			Чай с сахаром	200/15	57.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		721.40	Итого ккал:		1069.60
Вторник					
Омлет натуральный	110	227,16	Суп гороховый	250	146.00
Устрица с маком	100	371.00	Запеканка картофельная	121/5	274.00
Чай с сахаром	200/15	57.00	Йогурт	225	182.25
Хлеб	34	79.90	Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		735.06	Итого ккал:		762.05
Среда					
Каша молочная манная	200/10	254.00	Котлета мясная	75	184.50
Масло сливочное	10	66.20	Соус красный основной	50	21,85
Какао с молоком	200	190.00	Рис припущенный	150	213,00
Хлеб пшеничный	34	79.90	Хот - дог	140	420.00
			Компот из кураги	200	96.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		590.10	Итого ккал:		1095.15
Четверг					
			Щи из св.капусты	250	94.00
Пирог сосиска с картошкой	140	385.00	Рыба с морковью	50/50	150,00
Чай с сахаром	200/15	57.00	Картофельное пюре	200	208,00
			Круассан	90	252.00
			Чай с сахаром	200/15	57.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		442.00	Итого ккал:		920.80
Пятница					
Каша молочная пшенная	200/10	318.00	Борщ из св.капусты	250	108.00
Ватрушка с творогом	50	135.00	Тефтели мясные с рисом	60	159,00
Кофейный напиток	200	86.00	Каша гречневая	150	279.00
Хлеб пшеничный	34	79.90	Компот из вишни	200	76.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		618.90	Итого ккал		781.80

Заведующий столовой

Е.Ю.Щербань

Утверждаю
Директор филиала ОГЭПС в г.Новоалтайске
А.И.Куртушан

**Рекомендуемое перспективное меню (для учащихся 15-18 лет) 2 недели
(сентябрь 2023)**

Завтрак			Обед		
Наименование	Выход (гр)	калорий ность	Наименование	Выход (гр)	калорий ность
Понедельник					
Каша манная жидкая с/м	200/10	254,00	Суп лапша	250	113.00
Масло сливочное	10	77,00	Плов	250	445.00
Какао с молоком	200	190,00	Булочка Выборская	100	293.00
Хлеб пшеничный	34	79.90	Чай с сахаром	200	57,00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		600.90	Итого ккал:		1067.80
Вторник					
Пироги с картофелем	100	220.00	Щи из св.капусты	250	94.00
Пирог с яблоками и брусникой	100	210.00	Тефтели мясные с рисом	60/50	159.00
Чай с сахаром	200/15	57,00	Картофельное пюре	200	208.00
			Сок	200	90.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		487.00	Итого ккал:		710.80
Среда					
Каша рисовая с повидлом	200/10/4	356.00	Борш из св.капусты	250	108.00
Расстегай	50	124.50	Сосиска отварная	60	198,30
Хлеб пшеничный	34	79.90	Соус сметанный	50	61,00
Кофейный напиток	200	86.00	Макароны отварные	150	211.50
			Чай с сахаром	200	57,00
			Булочка домашняя	100	335.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		646.40	Итого ккал:		1130.60
Четверг					
Макароны, запечен с сыром	120/5	230,00	Жаркое по- домашнему	50/180	250,00
Круассан с бананом	90	252.00	Пицца с ветчиной	140	546.00
Чай с сахаром	200/15	57,00	Кисель из концентрата	200	118.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		539.00	Итого ккал:		1073.80
Пятница					
Колбасное изделие в тесте	100	280.00	Суп картофельный с рыбой	250	156.00
Йогурт	225	182.25	Котлета мясная	75	184.50
			Соус красный основной	50	21,85
			Гороховое пюре	200	340.00
			Компот из кураги	200	96.00
			Хлеб пшеничный	68	159.80
Итого ккал:		462.25	Итого ккал:		958.15

Заведующий столовой

Е.Ю.Щербань

Утверждаю
Директор филиала СГУПС в г.Новоалтайске
А.И.Куртушан

КОМПЛЕКСНОЕ МЕНЮ 1неделя (сентябрь 2023) (для учащихся 15-18лет)

ЗАВТРАК (наименование блюд)	Выход (гр)	цена	ОБЕД (наименование блюд)	Выход (гр)	цена
Понедельник					
Каша рисовая с повидлом	200/10	40-50	Рассольник на к/б	250	30-90
Булочка дорожная	50	10-00	Сосиска отварная	60	39-00
Кисель из концентрата	200	17-90	Соус сметанный	50	5-40
Хлеб пшеничный	34	2-20	Макароны отварные	150	15-80
			Расстегай	100	19-00
			Чай с сахаром	200/15	4-70
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		70-60	Итого:		119-20
Вторник					
Омлет натуральный	110	35-30	Суп гороховый	250	20-40
Устрица с маком	100	18-00	Запеканка картофельная	121/5	45-30
Чай с сахаром	200	4-70	Йогурт	225	34-00
Хлеб пшеничный	34	2-20	Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		60-20	Итого:		104-10
Среда					
Каша молочная манная	200/10	32-50	Котлета мясная	75	45-90
Масло сливочное	10	10-00	Рис припущенный	150	15-80
Какао с молоком	200	21-80	Соус красный основной	50	2-90
Хлеб пшеничный	34	2-20	Хот-дог	140	42-00
			Компот из кураги	200	19-80
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		66-50	Итого:		130-80
Четверг					
Пирог сосиска с картошкой	140	57-00	Щи из св. капусты на к/б	250	23-20
Чай с сахаром	200/15	4-70	Рыба с морковью	50/50	43-20
			Картофельное пюре	200	22-30
			Круассан	90	30-00
			Чай с сахаром	200/15	4-70
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		61-70	Итого:		127-80
Пятница					
Каша молочная пшенная	200/10	34-80	Борщ из св.капусты на к/б	250	25-20
Ватрушка с творогом	50	11-00	Тефтели мясные с рисом	60/50	35-80
Кофейный напиток	200	25-00	Каша гречневая	150	19-10
Хлеб пшеничный	34	2-20	Компот из вишни	200	24-30
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		73-00	Итого:		108-80
Итого 1 неделя:		332-00	Итого 1 неделя:		590-70

Заведующий столовой

Е.Ю. Щербань

Утверждаю
Директор филиала СГУПС в г.Новоалтайске
А.И.Куртушан

КОМПЛЕКСНОЕ МЕНЮ 2неделя (сентябрь 2023)
(для учащихся 15-18лет)

ЗАВТРАК (наименование блюд)	Выход (гр)	цена	ОБЕД (наименование блюд)	Выход (гр)	цена
Понедельник					
Каша молочная манная	200/10	32-50	Суп лапша на к/б	250	22-40
Масло сливочное	10	10-00	Плов	250	79-90
Какао с молоком	200	21-80	Булочка Выборская	100	20-00
Хлеб пшеничный	34	2-20	Чай с сахаром	200/15	4-70
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		66-50	Итого:		131-40
Вторник					
Пироги с картофелем	100	19-00	Щи из свежей капусты	250	23-20
Пирог с яблоками и брусникой	100	29-00	Тефтели мясные с рисом	60/50	35-80
Чай с сахаром	200/15	4-70	Картофельное пюре	200	22-30
			Сок	200	27-00
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		52-70	Итого:		112-70
Среда					
Каша рисовая с повидлом	200/10	40-50	Борщ из св.капусты на к/б	250	25-20
Расстегай	50	9-50	Сосиска отварная	60	39-00
Кофейный напиток	200	25-00	Соус сметанный	50	5-40
Хлеб пшеничный	34	2-20	Макароны отварные	150	15-80
			Булочка домашняя	100	18-00
			Чай с сахаром	200/15	4-70
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		77-20	Итого:		112-50
Четверг					
Макароны, запечен с сыром	120/5	24-30	Жаркое по-домашнему	50/180	63-50
Круассан с бананом	90	30-00	Пицца с ветчиной	140	54-00
Чай с сахаром	200/15	4-70	Кисель из концентрата	200	17-90
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		59-00	Итого:		139-80
Пятница					
Колбасное изделие в тесте	100	47-00	Суп картофельный с рыбой	250	33-20
Йогурт	225	34-00	Котлета мясная	75	45-90
			Соус красный основной	50	2-90
			Гороховое пюре	200	19-70
			Компот из кураги	200	19-80
			Хлеб пшеничный	68	4-40
Итого:		81-00	Итого:		125-90
Итого:		336-40	Итого:		622-30

Заведующий столовой

Е.Ю. Щербань

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 710858474967985478426001373498448859431888587434

Владелец Куртушан Александр Иванович

Действителен с 03.10.2022 по 03.10.2023