

Согласовано

Директор



И.А. Журикова

14 января 2022 г.

Утверждаю

Генеральный директор

ООО «Каньон»

Строцкая Ж.А.

14 января 2022 г.



Примерное десятидневное меню обедов обучающихся ГБПОУ КК ПАТИС на 2021-2022 учебный год на зимне -весенний период

г. Приморско-Ахтарск
2022 г.

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ПАТИС

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	мясо птицы отварное 100	100	19	19		252	236,02
	Макаронные изделия отварные 200	200	7	7	37	248	309,01
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
Итого за ЗАВТРАК		580	32	27	91	718	
Итого за день		580	32	27	91	718	

(лист 2)

Рацион: ПАТИС

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК	Борщ со сметаной 300	300	5	11	22	209	174
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
	Итого за ЗАВТРАК		580	11	12	76	427
Итого за день		580	11	12	76	427	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Неделя: 1			День: среда			№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы				
ЗАВТРАК									
	рагу овощное с мясом птицы 260гр.	260	24	29	35	495	489,02		
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299		
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15		
	Итого за ЗАВТРАК	540	30	30	89	713			
	Итого за день	540	30	30	89	713			

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Неделя: 1			День: четверг			№ рецептуры
			Пищевые вещества			Энергетическая ценность			
			Белки	Жиры	Углеводы				
ЗАВТРАК									
	рыба тушеная в томате с овощами 110	110	14	6	6	128	229,02		
	Картофельное пюре	180	2	5	10	103	312,15		
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299		
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15		
	Итого за ЗАВТРАК	570	22	12	70	449			
	Итого за день	570	22	12	70	449			

Рацион: ПАТИС		Неделя: 1		День: пятница			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК								
	Котлета	90	12	10	13	193	278,01	
	каша гречневая с маслом слив. 200 гр	200	7	7	30	214	253,01	
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299	
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15	
	Итого за ЗАВТРАК	570	25	18	97	625		
	Итого за день	570	25	18	97	625		

Рацион: ПАТИС		Неделя: 2		День: понедельник			Энергетическая ценность	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества					
			Белки	Жиры	Углеводы			
ЗАВТРАК								
	мясо птицы отварное 100	100	19	19		252	236,02	
	каша пшеничная с маслом слив. 190	190		5		45	908,01	
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299	
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15	
	Итого за ЗАВТРАК	570	25	25	54	515		
	Итого за день	570	25	25	54	515		

Рацион: ПАТИС		Неделя: 2		День: вторник		№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность		
			Белки	Жиры			Углеводы
ЗАВТРАК							
	Рассольник 300	300	4	9	28	210	104,01
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
	Итого за ЗАВТРАК	580	10	10	82	428	
	Итого за день	580	10	10	82	428	

Рацион: ПАТИС		Неделя: 2		День: среда		№ рецептуры	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность		
			Белки	Жиры			Углеводы
ЗАВТРАК							
	рагу овощное с мясом птицы 260гр.	260	24	29	35	495	489,02
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
	Итого за ЗАВТРАК	540	30	30	89	713	
	Итого за день	540	30	30	89	713	

Рацион: ПАТИС		Неделя: 2		День: четверг			№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
	Котлета	90	12	10	13	193	278,01
	каша гречневая с маслом слив.	180	6	6	27	188	253
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
	Итого за ЗАВТРАК	550	24	17	94	599	
	Итого за день	550	24	17	94	599	

Рацион: ПАТИС		Неделя: 2		День: пятница			№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	
			Белки	Жиры	Углеводы		
ЗАВТРАК							
	Суп с макаронными изделиями 300	300	3	7	20	283	105,01
	Хлеб 80г	80	6	1	39	190	299
	Чай с сахаром	200			15	28	376,15
	Итого за ЗАВТРАК	580	9	8	74	501	
	Итого за день	580	9	8	74	501	

Итого за период	5 660	218	189	816	5688
Среднее значение за период		21,8	18,9	81,6	568,8

Составил _____ Администратор

Утвердил _____

