1 Столовая ГАПОУ СО НТТЭКМеню на 2024 год

Хлеб «Рижский», пшеничный

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

N	Меню на 2024 год		Бухгалтер/калькулятор		И. В. Голюшева		
№ РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	выход, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холо	дные закуски повара -Лобанов	а В.Л.					
26	Салат «Осенний» (капуста, перец, морковь, томат, масло растительное)	Na16,87/K146,96/ Ca 9,47/Mg 9,17	Карот 0,41 /В ¹ 0.02/ В ² 0.01/ РР 0,22/ С 10,93	1,43/5,27/5,4 6	75	100	
37	Салат «Студенческий» (картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо, масло растительное)	Na25,92/K179,39/ Ca 18,94/Mg 14,21	Карот 1,15 /В ¹ 0.05/ В ² 0.06/ РР 0,51/ С 8,42	3,78/11, 74/11,0 9	165	100	
Cyna	повар -Зинченко О.М.						
233	Суп лапша домашняя с курой	Na106,37/K58,8/ Ca 11,85/Mg 10,30	Kapot 0,01 /B ¹ 0.05/ B ² 0.04/ PP 0,44/ C 1,0	3,79/8,7 1/19,94	467	250	
162	Суп молочный с крупой пшено	Na161,44/K225,09/ Ca 156,61/Mg 34,16	Карот 0,02/ В ¹ 0.13/ В ² 0.19/ РР 0,43/ С 1,62	3,93/4,1 4/14,78	280	250	
Bmop	рые горячие блюда Повар - Вахр	ушева О.П	І./ Редькина Н				
234	Суфле из отварной рыбы паровое	Na327,04/K391,09/ Ca73,63/Mg 36,23	Kapor 0,02/ B ¹ 0.12/ B ² 0.28/ PP 2,27/ C 1,30	11,99/6,33/3, 47	131	105/5	
418	Зразы рубленные (говядина)	Na377,83/K204,04/ Ca26,28/Mg21,46	Kapor 0,14 /B ¹ 0.06/ B ² 0.10/ PP 1,93/ C 5,60	8,87/13/16/7, 02	127	70	
416	Котлета рубленная (говядина)	Na285,34/K140,18/ Ca9,06/Mg 15,06	Καροτ 0,01/ B ¹ 0.04/ B ² 0.07/ PP 1,80/ C 0,00	12,16/1 7,7/8,08	180	75	
296	Пудинг из творога со сгущенным молоком	Na230,48/K683,23/ Ca24,16/Mg 30,51	Kapor 0,50 /B ¹ 0.15/ B ² 0.10/ PP 1,60/ C 23,76	12,52/8, 82/13,0	181	100/20	
257	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	Na360,67/K253,33/ Ca66,94/Mg 25,94	Карот 0,07 /В ¹ 0.05/ В ² 0.09/ РР 0,34/ С 0,57	1,89/2,1 6/4,54	168	200/10	
Гарн	иры и соусы Повар - Зинченко (D.M.					
472	Пюре картофельное с маслом сливочным	K509,68/Ca46,33/ Mg22,99	Карот 0,03/ В ¹ 0.10/ В ² 0.08/ РР 1,12/ С 17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca 3,22/Mg17,51	Карот 0,01/ В ¹0.02/ В ² 0.01/ РР 0,56/ С 0,00	6,60/8,98/56, 63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот 0,87/ В ¹ 0.22/ В ² 0,17/ РР 2,52/ С 19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca 4.8/Mg0.4/ Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	A -0.4/ D -2/ E -4/ C - 12/ B ₁ -0.3/ B ₂ . 0.34/ B ₅ -1.6/ B ₆ - 0.5/ B ₉ -0.06/ B ₁₂ - 0.8/ PP -4/ K -16	0.9/81.1/0.1	75	10	
Слад	кие блюда Повар - Зинченко О.	М.					
427	Напиток из брусники	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg 2,0	Карот 0,00/ В ¹ 0.00/ В ² 0.01/ РР 0.03/ С 3,75	0,07/0,00/5,8 9	48	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Карот 0,00/ В ¹ 0.00/ В ² 0.01/ РР 0.08/ С 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Конд	Прейскурант цен на г итер Южакова Е.А./Елфимова (ие и хлебобулочі	ные издели	Я		
№ РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с капустой и яйцом	Na297,10/K133,08/ Ca33,13/Mg13,55	Карот 0,03/ B ¹ 0.08/ B ² 0.08/ PP 0.90/ C 16,65	5,55/6,5 2/30,12	201	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/ Ca66,68/Mg9,90	Карот 0,00/ B ¹ 0.07/ B ² 0.05/ PP 0.55/ C 0,14	11,79/7, 81/36,7 1	158	100	
687	Листик с курагой	Na30,29/K120,38/ Ca21,08/Mg13,87	Карот 0,09/ В ¹0.04/ В ² 0.04/ РР 0.61/ С 0,40	2,53/9,0 4/21,38	181	100	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Fe-0.98/Zn-0.31/Na152.5/B5.7

5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75 Карот0,01/В10.05/В2

0.02/**PP**0,18/**E**-0.55/

 $\mathbf{B_5} - 0.15 / \mathbf{B_6} - 0.05 / \mathbf{B_9}$

1.98/0.25/12.

07

1.65/0.3/8.35

58

/43

25/25

Булочка сдобная с помадкой

Хлеб «Рижский», пшеничный

Заведующая столовой Бухгалтер/калькулятор **С.В. Ефремова** И. В. Голюшева

-	CTOAOBAR LAHOY CO HITTAK	Заведующая столоі			рремова		
<i>N</i> ₂	Іеню — на 2024 год		Бухгалтер/калькуля	тор	и	В. Голюшева	1
	HAMMINDAINE	Минер.вещ-	Distranciani ner	белки/жиры/		выход,	цена,
РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	ВА, МГ	Витамины, мг	углевод	ккал	ГРАММ	РУБ.
ТУРЫ							
Холо	дные закуски повара -Лобанов	а В.Л.					
66	Салат из тертой моркови с	Na12,80/K129,5/C	Карот 2,70/ В ¹ 0,02/ В ²	0,82/8,37/8,2		100	
	Яблоками (морковь, яблоко, масло растительное)	a19,3/Mg13,65	0.02/ PP 0,37/ C 5,61	1	111	100	
60	Винегрет овощной (картофель, капуста,	Na14,41/K153,48/	Карот 0,60/ В ¹0,02/ В ²	1,65/9,82/7,8		100	+
	свекла, морковь, масло растительное)	Ca14,70/Mg11.08	0.02/ PP 0,28/ C 5,61	4	126	100	
Cyna	повар -Зинченко О.М.						
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/ Ca53,30/Mg26,13	Kapot 0,61 /B ¹ 0.12 /B ² 0./ PP 0,56 /C 16,21	5,79/5,56/21, 92	283	250	
162	Суп молочный с гречневой крупой	Na179,01/K207,56/ Ca126,85/Mg38,1	Карот 0,00 /В ¹ 0.02 /В ² 0.18 /РР 0,29 /С 1,21	4,01/4,1 0/14,61	278	250	
Bmop	оые горячие блюда Повар - Вахр	ушева О.І.	I./ Редькина H	I.H.			
114	Рыба, запеченная в омлете	Na260,48/K294,01/	Карот 1,68/ В ¹ 0.09/ В ²	16,38/1 0,77/2,8	174	100	
	(горбуша)	Ca31,10/Mg28,53	0.11/ PP 1,68/ C 4,71	9	174	100	
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/K409,59/	Карот0,57/В¹0.12/В²	16,15/1	199	50/50	
	, , ,	Ca16,31/Mg28,87	0.01/ PP 0,37/ C 7,70	3,66/2,8 7	199	30/30	
636	Голубцы с мясом и рисом	Na431,28/K291,79/	Карот 0,03/ В ¹0.06/ В ²	7,07/7,2	394	216/50	
	(говядина)	Ca53,7/Mg27,82	0.11/ PP 2,37/ C 30,18	1/7,84	354	210/30	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/K130,52/ Ca7,02/Mg12,68	Kapot 0,00/ B ¹0.03/ B ² 0.06/ PP 1,68/ C 0,00	12,04/9,65/4, 37	144	75	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/ Ca45,87/Mg46,5	Καροτ 1,68 /Β ¹ 0.09 /Β ² 0.08 /PP 1,40 /C 5,35	2,62/5,6 0/10,24	122	100	
257	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	Na219,49/K119,33/ Ca64,56/Mg26,61	Kapot 0,02/ B ¹ 0.11/ B ² 0.08/ PP 0,42/ C 0,60	5,83/3,03/27, 26	400	200/10	
Гарн	иры и соусы Повар - Зинченко (D.M.	1	•			
414	Макаронные изделия отварные с	K61,40/Ca27,30/	Карот 0,01/ В ¹ 0.08/ В ²	6,39/12,5/44,	470	150	
	маслом	Mg 16,39	0.03/ PP 0,74/ C 0,00	14	472	130	
468	Горошница	Na230,48/K683,23/ Ca24,16/Mg30,51	Карот 0,50/ В ¹ 0.15/ В ² 0.10/ РР 1,6/ С 23,76	20,42/6,39/47	328	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот 0,87/ В ¹ 0.22/ В ² 0,17/ РР 2,52/ С 19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca	A -0.4/ D -2/ E -4/ C -				
		4.8/Mg0.4/ Na2.2/Zn0.02/Se0.	12/ B ₁ -0.3/ B ₂ - 0.34/ B ₅ -1.6/ B ₆ -	0.9/81.1/0.1	75	10	
		Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	0.5/ B ₉ -0.06/ B ₁₂ - 0.8/ PP -4/ K -16				
Слад	кие блюда Повар – Зинченко О.	<u> </u>	0.8/ FF -4/ K -10				
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/K429,55/C	Карот0,12/В¹0.02/В²	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и	a40,20/Mg26,25	0.05/ PP 0.75/ C 1				
029	чаи «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Kapor 0,00/ B ¹0.00/ B ² 0.01/ PP 0.08/ C 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
	Прейскурант цен на 1	кондитерск	ие и хлебобулоч	ные издели	IЯ	-	-
	итер Южакова Е.А./Елфимова		-			.	
N º		Минер, вещ-		белки/жиры/		выход,	
РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	BA, MI	Витамины, мг	углевод	ккал	ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
ТУРЫ		DA, IIII		утловод		11 AWW	1 36.
687	Пирожки печеные с рисом и	Na297,10/K133,08/	Карот 0,03/ В ¹0.08/ В ²	5,43/6,04/29,	100	100	
	яйцом	Ca33,13/Mg13,55	0.08/ PP 0.90/ C 16,65	99	196	100	
	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/K202,23/ Ca28,95/Mg12,89	KapoT 0,06/ B ¹ 0.07/ B ² 0.10/ PP 0.40/ C 0,00	4,72/17,89/39	338	100	
		~~~,/J/111g12,07	0.10/110.40/00,00	,46		<u> </u>	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Na256,81/K111,33/

Ca29,19/Mg13,04

Fe-0.98/Zn-0.31/Na152.5/B5.7

5/**P**39.5/**K**61.25/**M** 

g18.75/Ca-8.75

7,33/9,87/57/

33

1.98/0.25/12.

07

1.65/0.3/8.35

**Карот** $0.00/\mathbf{B}^{1}0.12/\mathbf{B}^{2}$ 

0.09/**PP**0.99/**C**0,09

**Карот**0,01/**В**¹0.05/**В**²

0.02/**PP**0,18/**E**-0.55/

 $\mathbf{B_5} - 0.15 / \mathbf{B_6} - 0.05 / \mathbf{B_9}$ 

347

58

/43

100

25/25

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

	<u>Столовая ГАПОУ СО НТТЭК</u> Іеню на 2024 год	Заведующая столог		С.В. Ефремова И.В.Голюшева			
<i>N</i> ₂	теню на 2024 год		Бухгалтер/калькулят	ор 	ИI.	ь. г олюшева	
РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ-	Витамины, мг	белки/жиры/	ккал	выход,	цена,
ТУРЫ		BA, MΓ		углевод		ГРАММ	РУБ.
Холо	дные закуски повара -Лобанов	а В.Л.	1				
20	Салат из свежей капусты с гранатом	Na242,02/K119,41/ Ca25,69/Mg9,92	<b>Карот</b> 0,88/ <b>В</b> ¹ 0.01/ <b>В</b> ² 0.02/ <b>РР</b> 0,35/ <b>С</b> 16,42	1,50/4,52/1 0,08	87	100	
72	Салат картофельный с растительным маслом	Na244,05/K185,87/ Ca12,05/Mg11,01	<b>Карот</b> 0,08/ <b>В</b> ¹ 0.04/ <b>В</b> ² 0.02/ <b>РР</b> 0,42/ <b>С</b> 7,43	2,46/8,63/1 1,05	132	100	
Cyna	повар -Зинченко О.М.						
167	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Na130,62/K290,82/ Ca70,57/Mg23,57	<b>Kapor</b> 1,38/ <b>B</b> ¹ 0.07/ <b>B</b> ² 0.10/ <b>PP</b> 0,79/ <b>C</b> 16,23	2,33/4,36/12, 11	282	250/10	
162	Суп молочный с рисовой крупой	Na161,24/K197,89/ Ca152,41/Mg25,0	<b>Карот</b> 0,02/ <b>В</b> ¹ 0.06/ <b>В</b> ² 0.19/ <b>РР</b> 0,36/ <b>С</b> 1,62	3,16/4,08/1 2,23	246	250	
	рые горячие блюда Повар - Вахр			Г.Н.		_	
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,1/ Ca155,13/Mg134,6	<b>Kapor</b> 1,68/ <b>B</b> ¹ 0.14/ <b>B</b> ² 0.09/ <b>PP</b> 1,07/ <b>C</b> 5,01	13,35/8,35/ 4,41	175	60/60	
408	Печень (говяжья), тушеная в соусе	Na462,28/K216,97/ Ca77,17/Mg15,19	<b>Карот</b> 0,96/ <b>В</b> ¹ 0.22/ <b>В</b> ² 1,56/ <b>РР</b> 6,48/ <b>С</b> 24,01	9,50/5,40/1,8 7	94	50/50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/ Ca7,02/Mg12,68	<b>Kapot</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.03/ <b>B</b> ² 0.06/ <b>PP</b> 1,68/ <b>C</b> 0,00	13,38/11,12/8 ,42	119	75	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/K174,73/ Ca38,38/Mg18,12	<b>Карот</b> 0,03/ <b>В</b> ¹ 0.13/ <b>В</b> ² 0.19/ <b>РР</b> 1,37/ <b>С</b> 2,65	12,79/9,59/ 5,52	226	142	
294	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Na293,82/K237,10/ Ca254,18/Mg35,1	<b>Kapor</b> 0,05/ <b>B</b> ¹ 0.07/ <b>B</b> ² 0.39/ <b>PP</b> 0,59/ <b>C</b> 0,77	13,92/10,0 9/11,24	209	75/20	
284	Омлет натуральный с маслом сливочным	Na177,58/K78,67/Ca 41,7/Mg6,98	Карот0,02/В¹0.03/В² 0.20/РР0,09/С0,19	8,83/18,06/1, 65	225	105/5	
257	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	Na221,21/K90,24/ Ca64,89/Mg14,72	<b>Карот</b> 0,02/ <b>В</b> ¹ 0.03/ <b>В</b> ² 0.08/ <b>РР</b> 0,29/ <b>С</b> 0,66	4,42/8,95/26, 34	409	200/10	
Гарн	иры и соусы Повар - Зинченко (	D. M.			l		
255	Греча рассыпчатая с маслом	Na149,18/K176,09/ Ca11,49/Mg92,5	<b>Карот</b> 0,01/ <b>В</b> ¹ 0.19/ <b>В</b> ² 0.09/ <b>РР</b> 1,93/ <b>С</b> 0,00	11,55/7,92/62 ,19	366	150	
471	Картофель в молоке	K8,22/Ca35,44/Mg 22,99	<b>Карот</b> 0,03/ <b>В</b> ¹ 0.10/ <b>В</b> ² 0.08/ <b>РР</b> 1,12/ <b>С</b> 17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	<b>Карот</b> 0,87/ <b>В</b> ¹ 0.22/ <b>В</b> ² 0,17/ <b>РР</b> 2,52/ <b>С</b> 19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca 4.8/Mg0.4/ Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	A-0.4/D-2/E-4/C- 12/B ₁ -0.3/B ₂ - 0.34/B ₅ -1.6/B ₆ - 0.5/B ₉ -0.06/B ₁₂ - 0.8/PP-4/K-16	0.9/81.1/0.1	75	10	
Слад	кие блюда Повар – Зинченко О.		T	1	1		_
427	Напиток из клюквы	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg2,0	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.00/ <b>В</b> ² 0.01/ <b>РР</b> 0.03/ <b>С</b> 3,75	0,05/0,00/5 ,49	44	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	<b>Карот</b> 0,00/ <b>B</b> ¹0.00/ <b>B</b> ² 0.01/ <b>PP</b> 0.08/ <b>C</b> 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
	Прейскурант цен на 1		ие и хлебобулоч	ные издели	I Я		
	итер Южакова Е.А./Елфимова	O.B.		1	ı	1	
Nº	HAHIMINIADA WAD	Минер.вещ-	Distrantisti asc	белки/жиры/		выход,	цена,
РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	ВА, МГ	Витамины, мг	углевод	ккал	ГРАММ	РУБ.
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.06/ <b>В</b> ² 0.05/ <b>РР</b> 0,53/ <b>С</b> 0,11	13,76/6,51/ 25,59	151	100	
687	Листики печеные с яблоком	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	<b>Карот</b> 0,00/ <b>B</b> ¹0.06/ <b>B</b> ² 0.05/ <b>PP</b> 0,53/ <b>C</b> 0,11	4,59/2,89/41, 08	209	100	
511	Песочник с изюмом	Na112,65/K140,6/ Ca20,60/Mg14,19	<b>KapoT</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.08/ <b>B</b> ² 0.05/ <b>PP</b> 0,74/ <b>C</b> 0,0	7,30/14,35/ 44,67	337	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0.98/Zn- 0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ² 0.05/ <b>B</b> ² 0.02/ <b>PP</b> 0,18/ <b>E</b> -0.55/ <b>B</b> ₅ -0.15/ <b>B</b> ₆ -0.05/ <b>B</b> ₉	1.98/0.25/12. 07 1.65/0.3/8.35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.973,1096, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Хлеб «Рижский», пшеничный

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

58

/43

50

1.98/0.25/12.

1.65/0.3/8.35

0.02/**PP**0,18/**E**-0.55/

 $B_5 - 0.15/B_6 - 0.05/B_9$ 

Меню на 2024 год И. В. Голюшева Бухгалтер/калькулятор Минер.вешбелки/жиры/ выход, ЦЕНА, Витамины, мг РЕЦЕП НАИМЕНОВАНИЕ ккал ВА, МГ углевод ГРАММ РУБ. ТУРЫ Холодные закуски повара - Лобанова В.Л. Карот0,00/В10,01/В2 Салат из свеклы с растительным 1,57/7,989,81 117 100 Ca23,07/Mg12,54 0,02/**PP**0,11/**C**5,64 Na12,76/K128.14/ **Kapot**0,82/**B**¹0,02/**B**² 0,02/**PP**0,38/**C**16,32 Салат «Восторг» (капуста, морковь, лук, 17 1,44/4,51/11, 100 94 Ca23,84/Mg10,85 яблоко, чеснок, масло растительное) 92 повар -Зинченко О.М. Cyna Суп картофельный Карот 1,07/В 10.23/ 131 Na123,6/K505,37/ 1,89/2,18/17, 250 285 **B**²0.08/**PP**1,23/**C**15, Ca43,84/Mg40,3 12 25 161 Суп молочный с макаронными **Карот**0,01/**В**¹0.07/ Na181,2/K171,89/ 3,54/4,12/1 245 250 **B**²0.09/**PP**0,36/**C**1,6 изделиями Ca152,41/Mg24,0 Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н. 1,70/6,05/8 Na491,16/K150,13/ Карот0,75/В¹0.22/В² 73 75 324 Котлета рыбная (горбуша) ,74 13,19/9,65/ Ca30,33/Mg17,04 1,57/**PP**6,5/**C**24,45 Na450,32/K166,61/ Ca60,630Mg13,6 **KapoT**1,02/**B**¹0.16/**B**² 1,06/**PP**4,34/**C**15,48 178 180 100 Оладьи из печени по-купечески 10.08 71 1,64/5,91/2,9 218 Суфле из филе куриного Карот0,02/В10.03/В2 Na829,16/K125,34/ 75 Ca30,09/Mg45,25 0,14/**PP**3,71/**C**1,41 (запеченное) 423 Тефтели с рисом и соусом  $\begin{array}{c} \mathbf{Kapot} 0.05 / \mathbf{B^1} 0.04 / \mathbf{B^2} \\ 0.07 / \mathbf{PP} 1.75 / \mathbf{C} 1.80 \end{array}$ 10,25/14,1 Na263,76/K460,92/ 378 115/50 Ca68,41/Mg39,47 1/13,55 (говядина) **Карот**0,05/**B**¹0.02/**B**² 0,04/**PP**0,23/**C1**0,78 1,79/4,16/9 Na3,78/K272,51/C 212 Свекла тушеная 124 150 a36,48/Mg18,62 .53 351 Картофельная ватрушка с 5,68/7,99/1 Na270,15/K212,0/ **Карот**1,68/**В**¹0.09/**В**² 186 100 Ca45,87/Mg46,05 0,08/**PP**1,40/**C**5,35 2,92 фаршем мясным (говядина) 5,88/4,05/24, 394 257 Каша молочная геркулесовая с Карот0,02/В10.11/В2 Na221 96/K140 85/ 200/10 55 Ca70,62/Mg34,38 0,09/**PP**0,26/**C**0,61 маслом Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М. Na417,66/K165,65/ Карот0,05/В¹5,01/В² 1,88/6,93/1 487 Рагу овощное 192 150 Ca 60,54/Mg29,58 0.07/**PP**0,78/**C**5,46 4,5 Na205,02/K234,31/ Карот0,04/В10,11/В2 440 63 Капуста цветная отварная с 2,41/3,53/4,7 Ca 31,35/Mg19,03 0.11/**PP**0,66/**C**77,84 100/5 маслом **A**-0.4/**D**-2/**E**-4/**C**-Масло сливочное K48/P48/Na2 2/Ca  $12/\mathbf{B_1} - 0.3/\mathbf{B_2}$ 4.8/**Mg**0.4/ 10 0.9/81.1/0.1 75 0.34/**B**₅ -1.6/**B**₆ -Na2.2/Zn0.02/Se0. 0.5/**B**₉ -0.06/**B**₁₂ - 0.8/**PP** -4/**K**-16 Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М. Кисель из ягод (черная **Карот**0,10/**В**¹0.03/**В**² 0.04/**РР**0.30/**С**200,0 0,09/0,00/12, Na32,0/K350,0/Ca 36,0/Mg 31,0 200 97 смородина) 629 Чай «Гринфилд» с сахаром и 0,26/0,05/15, Na1,74/K36,66/Ca Карот0,00/В10.00/В2 200 60 8,05/Mg8,24 0.01/**PP**0.08/**C**2,9 мономил 200 Нектары и соки «Любимый» Na 0,01 0/0/11 45 Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В. Минер.вещвыход, белки/жиры/ ЦЕНА, PEHEN НАИМЕНОВАНИЕ Витамины, мг ккал BA, MΓ углевод  $\Gamma PAMM$ РУБ. ТУРЫ 687 Пирожки печеные с зеленым 5,42/5,04/2 Na130,52/K250,12/ Карот0,00/В10.15/В2 265 100 Ca111,85/Mg 11,3 0.08/**PP**1,06/**C**15,74 луком и яйцом 6,03/13,28/45 243 Na160,7/K63,25/C Карот0,00/В10.07/В2 112 Булочка с маком 100 a12,66/Mg 7,32 0.05/**PP**0,64/**C**0,06 .17 4.90/5.18/4 Na173.52K101.37/ Карот0,06/В10.07/В2 247 687 Гребешок с черносливом 100 0.06/**PP**0,72/**C**0,55 **Kapor**0,01/**B**¹0.05/**B**² Ca15,76/Mg 9,81 9.02

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Fe-0.98/Zn-

0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M

g18.75/Ca-8.75

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

<u> 5 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК</u>			•	ующая столовой С.В. Ефремова гер/калькулятор И.В. Голюшева			
N₂	Іеню на 2024 год		Бухгалтер/калькулятор		И. В. Гол	пошева	
№ РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	<b>ВЫХОД,</b> ГРАММ	цена, РУБ.
Холо	дные закуски повара -Лобанов	а В.Л.	1			•	
38	Салат «Школьные годы» (томаты свежие, огурцы свежие, капуста, масло растительное)	Na242,69/K112,68/ Ca19,25/Mg 9.50	Kapor0,19/B¹0,02/B¹0,02/P P0,27/C 15,22	4,76/9,3/3, 12	151	100	
17	Салат «Бурячок» (свекла, зеленый горошек, яблоки, лук репчатый, масло растительное)	Na32,32/K127,94/ Ca15,77/Mg10,56	<b>Карот</b> 0,05 <b>/В</b> ¹ 0,02/ <b>В</b> ² 0.02/ <b>РР</b> 0,19/ <b>С</b> 6,24	2,14/8,11/10, 39	123	100	
Cyna	повар -Зинченко О.М.						
129	Рассольник ленинградский	Na27,5/K499,45/C a25,95/Mg26,97	<b>Карот</b> 0,98/ <b>В</b> ¹ 0.11/ <b>В</b> ² 0.07/ <b>РР</b> 1,21/ <b>С</b> 17,26	1,77/4,62/9,7 8	260	250	
108	Суп лапша домашняя с курой	Na106,37/K58,8/ Ca 11,85/Mg 10,30	<b>Карот</b> 0,01 <b>/В</b> ¹ 0.05/ <b>В</b> ² 0.04 <b>/РР</b> 0,44 <b>/С</b> 1,0	3,79/8,71/1 9,94	467	250	
Bmop	ьые горячие блюда Повар - Вахр		П./ Редькина	Н.	•		
232	Рыба припущенная (горбуша)	Na197,90/K217,03/C a41,74/Mg24,76	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.10/ <b>B</b> ² 0.07/ <b>PP</b> 0,79/ <b>C</b> 1,11	20,26/6,74/0,	143	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/ Ca10,53/Mg21,57	<b>Карот</b> 0,21/ <b>В</b> ¹ 0.05/ <b>В</b> ² 0,13/ <b>РР</b> 3,04/ <b>С</b> 0,32	17,88/11,68/0 42	89	50	
172	Котлета полтавская (говядина)	Na493,14/K270,90/ Ca14,95/Mg24,99	<b>Карот</b> 0,02/ <b>В</b> ¹ 0.06/ <b>В</b> ² 0.13/ <b>РР</b> 3,48/ <b>С</b> 0,08	14,29/14,88/0 ,22	144	75	
416	Шницель рубленный (говядина)	Na285,34/K140,18/ Ca9,06/Mg 15,06	0.07/ <b>PP</b> 1,80/ <b>C</b> 0,00	12,16/1 7,7/8,08	180	75	
244	Запеканка морковная с творогом	Na614,87/K432,61/ Ca166,9/Mg58,74	0.78/ <b>PP</b> 1,52/ <b>C</b> 4,22	6,78/6,61/13, 54	181	100	
261	Каша молочная «Янтарная» с маслом (пшено, яблоки)	Na244,96/K325,02/ Ca131,26/Mg108,3		4,72/8,95/26, 34	409	200/10	
T. a. a. a.	, , ,	<u> </u>					
472	<b>иры и соусы Повар - Зинченко (</b> Пюре картофельное с маслом	K509,68/Ca46,33/ Mg22,99	<b>Карот</b> 0,03/ <b>B</b> ¹ 0.10/ <b>B</b> ² 0.08/ <b>PP</b> 1,12/ <b>C</b> 17,30	2,04/3,98/16,	165	150	
206	Морковь тушеная с зеленым	Na417,66/K165,65/ Ca60,54/Mg29,58	, , , ,	2,55/7,398/ 9,36	180	150	
824	горошком в молочном соусе Соус красный основной	Na28,45/K548,95/	Карот0,87/В¹0.22/В²	3,45/7,71/28,		50	
047		Ca67,7/Mg70,28	0,17/ <b>PP</b> 2,52/ <b>C</b> 19,50 <b>A</b> -0.4/ <b>D</b> -2/ <b>E</b> -4/ <b>C</b> -	64	99	30	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca 4.8/Mg0.4/ Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	12/ <b>B</b> ₁ - 0.3/ <b>B</b> ₂ . 0.34/ <b>B</b> ₅ - 1.6/ <b>B</b> ₆ - 0.5/ <b>B</b> ₉ - 0.06/ <b>B</b> ₁₂ - 0.8/ <b>PP</b> - 4/ <b>K</b> -16	0.9/81.1/0.1	75	10	
	кие блюда Повар – Зинченко О.						_
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/C a40,20/Mg26,25	<b>Kapot</b> 0,12/ <b>B</b> ¹0.02/ <b>B</b> ² 0.05/ <b>PP</b> 0.75/ <b>C</b> 1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.00/ <b>B</b> ² 0.01/ <b>PP</b> 0.08/ <b>C</b> 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Конд	Прейскурант цен на г итер Южакова Е.А./Елфимова (		ие и хлебобулоч	ные изделі	ия		
Nº							
РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	<b>ВЫХОД,</b> ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/ Ca17,79/Mg13,43	Карот0,00/В¹0.10/В² 0.07/РР0.96/С4,77	5,01/10, 16/35,2 5	265	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/ Ca66,68/Mg9,90	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.07/ <b>B</b> ² 0.05/ <b>PP</b> 0.55/ <b>C</b> 0,14	11,79/7, 81/36,7	158	100	
110	Булочка «Дорожная»	Na261,50/K126,25/ Ca20,84/Mg29,84	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.17/ <b>B</b> ² 0.06/ <b>PP</b> 1,6/ <b>C</b> 0,00	7,27/15,22/62	417	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0.98/Zn- 0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75	Kapor0,01/B¹0.05/B² 0.02/PP0,18/E-0.55/ Bs = 0.15/Bs = 0.05/Ba	1.98/0.25/12. 07 1.65/0.3/8.35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

	ССТОЛОВАЯ ГАПОУ СО НТТЭК Іеню на 2024 год	;	Заведующая столог			фремова	
<i>N</i> 2	теню на 2024 год		Бухгалтер/калькуля	тор	<u> </u>	І. В. Голюшева	
РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ-	Витамины, мг	белки/жиры/		выход,	цена,
	HANNENUBAHNE	BA, MΓ	DHIAMHHBI, MI	углевод	ккал	ГРАММ	РУБ.
ТУРЫ							
	дные закуски повара -Лобанов	а В.Л.	T	1	1	1	1
27	Салат «Витаминный» (капуста,	Na242,02/K119,41/	<b>Карот</b> 0,88/ <b>В</b> ¹ 0,01/ <b>В</b> ²	1,94/9,9	141	100	
	морковь, перец, зеленый горошек, масло растительное)	Ca25,69/Mg9,92	0.02/ <b>PP</b> 0,35/ <b>C</b> 16,42	3/11,05	171	100	
21	Салат «Здоровье» (свекла, морковь,	Na257,48/K108,12/	Карот1,82/В¹0,02/В²	1,79/17,67/7,	198	100	
	зеленый горошек, масло растительное)	Ca21,87/Mg14,28	0.02/ <b>PP</b> 0,31/ <b>C</b> 4,03	92	190	100	
Cyna		Na130,62/K290,82/	<b>Карот</b> 1,38/ <b>В</b> ¹ 0.07/ <b>В</b> ²	T	ı	T	1
120	Щи из свежей капусты и картофеля	Ca70,57/Mg23,57	0.10/ <b>PP</b> 0,79/ <b>C</b> 16,23	1,77/4,62/9,7 8	260	250	
162	Суп молочный с гречневой	Na179,01/K207,56/	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.02/ <b>В</b> ²	4,01/4,10/1	278	250	
	крупой	Ca126,85/Mg38,1	0.18/ <b>PP</b> 0,29/ <b>C</b> 1,21	4,61	210	250	
	рые горячие блюда Повар - Вахр		I./ Редькина Карот 1,68/В¹0.09/В²				1
144	Рыба, запеченная в омлете (горбуша)	Na260,48/K294,01/ Ca31,10/Mg28,53	0.11/ <b>PP</b> 1,68/ <b>C</b> 4,71	16,38/10,7 7/2,89	174	120	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/K130,52/ Ca7,02/Mg12,68	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.03/ <b>В</b> ² 0.06/ <b>РР</b> 1,68/ <b>С</b> 0,00	12,04/9,65/4,	144	75	
390	Mana munayan P anyan (	_	, , ,	37 16.15/1			
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/K409,59/ Ca16,31/Mg28,87	<b>Карот</b> 0,57 <b>/В</b> ¹ 0.12 <b>/В</b> ² 0.01 <b>/РР</b> 0,37 <b>/С</b> 7,70	3,66/2,8	199	50/50	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/K174,73/	<b>Карот</b> 0,03/ <b>В</b> ¹ 0.13/ <b>В</b> ²	12,79/9,59/	226	142	
		Ca38,38/Mg18,12	0.19/ <b>PP</b> 1,37/ <b>C</b> 2,65	5,52	220	172	
296	Пудинг из творога со сгущенным	Na230,48/K683,23/ Ca24,16/Mg 30,51	<b>Карот</b> 0,50 <b>/В</b> ¹ 0.15 <b>/В</b> ² 0.10 <b>/РР</b> 1,60 <b>/С</b> 23,76	12,52/8, 82/13,0	181	100/20	
0.40	ΜΟΛΟΚΟΜ	Na281,37/K861,21/	Карот1,07/В¹0.02/В²		163	,	
242	Рулет картофельный с овощами	Ca46,31/Mg43,04	0.19/ <b>PP</b> 2,07/ <b>C</b> 29,09	3,38/6,04/13, 70	103	100	
257	Каша молочная пшеничная с	Na219,47/K97,28/ Ca62,62/Mg18,16	<b>Карот</b> 0,02/ <b>В</b> ¹ 0.06/ <b>В</b> ² 0.08/ <b>РР</b> 0,30/ <b>С</b> 0,61	6,07/2,43/28,	395	200/10	
	маслом	Ca02,02/Wig16,10	0.08/110,30/00,01	06		200/10	
Гарн	иры и соусы Повар - Зинченко (	О.М.	•				
482	Капуста тушеная	Na403,73/K241,57/ Ca62,07/Mg21,31	<b>Карот</b> 0,25/ <b>В</b> ¹ 0.04/ <b>В</b> ² 0.05/ <b>РР</b> 0,93/ <b>С</b> 52,88	1,81/2,21/8,3	91	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca	Kapor0,01/B¹0.02/B²	6,60/8,98/56,	222	150	
	•	3,22/ <b>Mg</b> 17,51	0.01/ <b>PP</b> 0,56/ <b>C</b> 0,00	63	333	130	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	<b>Карот</b> 0,87/ <b>В</b> ¹ 0.22/ <b>В</b> ² 0,17/ <b>РР</b> 2,52/ <b>С</b> 19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca	<b>A</b> -0.4/ <b>D</b> -2/ <b>E</b> -4/ <b>C</b> -	Ŭ.			
	1120110 011120 11100	4.8/ <b>Mg</b> 0.4/	12/ <b>B</b> ₁ -0.3/ <b>B</b> ₂ - 0.34/ <b>B</b> ₅ -1.6/ <b>B</b> ₆ -	0.9/81.1/0.1	75	10	
		Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	$0.5/\mathbf{B_9} - 0.06/\mathbf{B_{12}}$ -	0157 01117 011			
Cnad	  кие блюда Повар – Зинченко О.1	   <b>M</b> T	0.8/ <b>PP</b> -4/ <b>K</b> -16				
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/K429,55/C	<b>Карот</b> 0,12/ <b>В</b> ¹ 0.02/ <b>В</b> ²	0,37/0/44,38	114	200	
	***	a40,20/Mg26,25	0.05/ <b>PP</b> 0.75/ <b>C</b> 1		111	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.00/ <b>В</b> ² 0.01/ <b>РР</b> 0.08/ <b>С</b> 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	ЛИМОНОМ		,,,,		4.5	200	
	Нектары и соки «Любимый»	<b>Na</b> 0,01		0/0/11	45	200	
Vous	Прейскурант цен на 1 Оитер Южакова Е.А./Елфимова (		ие и хлебобулоч	ные издели	R		
Nº	итер Южакова Е.А./Елфимова (	<b>Ј.Б.</b>					
РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ-	Витамины, мг	белки/жиры/		выход,	цена,
ТУРЫ	IMMINIOSMINE	ВА, МГ	Diffinition, in	углевод	ккал	ГРАММ	РУБ.
	_			7 12 15 0 1 12 O	106		
687	Пирожки печеные с рисом и	Na297,10/K133,08/	Kapor0,03/B¹0.08/B²	5,43/6,04/29, 99	196		
	яйцом	Ca33,13/Mg13,55	0.08/ <b>PP</b> 0.90/ <b>C</b> 16,65				
502	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/K202,23/ Ca28,95/Mg12,89	<b>Карот</b> 0,06/ <b>В</b> ¹ 0.07/ <b>В</b> ² 0.10/ <b>РР</b> 0.40/ <b>С</b> 0,00	4,72/17,89/39 ,46	338		
493	Булочка сдобная с помадкой	Na256,81/K111,33/	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.12/ <b>В</b> ²	7,33/9,87/57/	347		
		Ca29,19/Mg13,04	0.09/ <b>PP</b> 0.99/ <b>C</b> 0,09 <b>Kapot</b> 0,01/ <b>B</b> ¹ 0.05/ <b>B</b> ²	33	F0		
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0.98/Zn- 0.31/Na152.5/B5.7	0.02/ <b>PP</b> 0,18/ <b>E</b> -0.55/	1.98/0.25/12. 07	58 /43	F0	
		5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75	<b>B</b> ₅ -0.15/ <b>B</b> ₆ -0.05/ <b>B</b> ₉	1.65/0.3/8.35	' .5	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996,1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

511

Песочник с изюмом

Хлеб «Рижский», пшеничный

Заведующая столовой

С.В. Ефремова

100

100

50

337

58

/43

Меню на 2024 год И.В.Голюшева Бухгалтер/калькулятор Минер.вешбелки/жиры/ выход, цена, Витамины, мг РЕЦЕП НАИМЕНОВАНИЕ ккал ВА, МГ углевод ГРАММ РУБ. ТУРЫ Холодные закуски повара -Лобанова В.Л. Винегрет овощной (картофель, капуста, Na14,41/K153,48/ Ca14,70/Mg11.08 1,65/9,82/7,8 Карот 0,60/В 10,02/В 2 126 100 0.02/**PP**0,28/**C**5,61 свекла, морковь, масло растительное) 4 37 Салат «Студенческий» (картофель, 3,78/11, Na25.92/K179.39/ **Карот**1,15/**В**¹0.05/**В**² 165 100 74/11,0 9 морковь, зеленый горошек, яйцо, масло Ca 18,94/Mg 14,21 0.06/**PP**0,51/**C** 8,42 растительное) Cyna повар -Зинченко О.М. Na27,5/K499,45/C Карот0,98/В10.11/В2 Суп картофельный с бобовыми и 138 5,79/5,56/21, 444 250/10 a25,95/Mg26,97 0.07/**PP**1,21/**C**17,26 сухариками 92 Na161.44/K225.09 Суп молочный с пшеном 162 3,93/4,1 4/14,78 **Καροτ**0,02**/Β**¹0.13**/Β**² 0.19**/PP**0,43**/С** 1,62 280 250 Ca 156,61/Mg 34,16 Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н. 11,99/6,33/3, Суфле из отварной рыбы паровое Na327,04/K391,09/ **Карот**0,02/**В**¹0.12/**В**² 131 105/5 Ca73,63/Mg 36,23 0.28/**PP**2,27/**C**1,30 47 Na462,28/K216,97/ Карот0,96/В10.22/В2 9,50/5,40/1,8 94 408 Печень (говяжья), тушеная в соусе 50/50 Ca77,17/Mg15,19 1,56/**PP**6,48/**C**24,01 8,87/13/16/7, KapoT0,14/B10.06/B2 Na377,83/K204,04/ 127 70 418 Зразы рубленные (говядина) Ca26,28/Mg21,46 0.10/**PP**1,93/**C**5,60 02 **Карот**0,03/**В**¹0.06/**В**² 7,07/7,2 Na431,28/K291,79/ 216/10394 636 Голубцы с мясом и рисом (говядина) Ca53,7/Mg27,82 0.11/**PP**2,37/**C**30,18 <u>1/7,</u>84 Na177,58/K78,67/Ca Карот0,02/В10.03/В2 8,83/18,06/1, 284 Омлет натуральный с маслом 105/5 225 41,7/**Mg**6,98 0.20/**PP**0,09/**C**0,19 Na360,67/K253,33/ Карот0,07/В10.05/В2 1,89/2,1 257 200/10 Каша молочная ячневая с маслом 168 Ca66,94/Mg 25,94 0.09/**PP**0,34/**C**0,57 6/4,54 Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М. Макаронные изделия отварные с K61,40/Ca27,30/ **Карот**0,01/**В**¹0.08/**В**² 6,39/12,5/44, 150 472 **Mg**16,39 0.03/**PP**0,74/**C**0,00 14 маслом Kapo_T0,50/B¹0.15/B² Na230,48/K683,23/ 20,42/6,39/47 468 Горошница 150 328 Ca24,16/Mg30,51 0.10/**PP**1,6/**C**23,76 .29 Карот0,87/В10.22/В2 3,45/7,71/28, 824 Na28,45/K548,95/ Соус красный основной 50 99 Ca67,7/Mg70,28 0,17/**PP**2,52/**C**19,50 64 **A**-0.4/**D**-2/**E**-4/**C**-Масло сливочное K48/P48/Na2.2/Ca  $12/\mathbf{B_1} - 0.3/\mathbf{B_2}$ 4.8/**Mg**0.4/ 10 0.9/81.1/0.1 75  $0.34/\mathbf{B}_5 - 1.6/\mathbf{B}_6 -$ Na2.2/Zn0.02/Se0.  $0.5/\mathbf{B_9} - 0.06/\mathbf{B_{12}} -$ 0.8/**PP**-4/**K**-16 Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М. 427 Напиток из брусники Na3,12/K30,11/Ca **Карот**0,00/**В**¹0.00/**В**² 0,07/0,00/5,8 200 48 3,74/Mg 2,0 0.01/**PP**0.03/**C**3,75 629 Чай «Гринфилд» с сахаром и Na1,74/K36,66/Ca 0,26/0,05/15, Карот0,00/В10.00/В2 200 60 8,05/Mg8,24 .01/**PP**0.08/**C**2,9 22 лимоном 200 Нектары и соки «Любимый» Na 0,01 0/0/11 45 Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В. Минер.вещбелки/жиры/ выход, ЦЕНА, РЕПЕП НАИМЕНОВАНИЕ Витамины, мг ккал ВА, МГ ГРАММ РУБ. **углево**л ТУРЫ 687 Пирожки печеные с капустой и Na297,10/K133,08/ Карот0,00/В10.08/В2 5,55/6,5 201 100 Ca33,13/Mg13,55 0.08/**PP**0.90/**C**16,65 2/30,12 **Карот**0,00/**В**¹0.06/**В**² 0.05/**РР**0,53/**С**0,11 159 Na130,57/K65,63/ 4,45/2,89/28, 687 Листики печеные с конфитюром

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Ca20,57/Mg7,53 Na112.65/K140.6/

Ca20,60/Mg14,19

Fe-0.98/Zn-

0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M

g18.75/Ca-8.75

Карот0,00/В10.08/В2

0.05/**PP**0,74/**C**0,0

Карот0,01/В10.05/В2

0.02/**PP**0,18/**E**-0.55/

 $B_5 - 0.15/B_6 - 0.05/B_9$ 

7,30/14,35/

44.67

1.98/0.25/12.

1.65/0.3/8.35

8 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК Заведующая столовой С.В. Ефремова Меню на 2024 год Бухгалтер/калькулятор И. В. Голюшева Минер.вешбелки/жиры/ выход, ЦЕНА, Витамины, мг НАИМЕНОВАНИЕ PEHEII ккал ВА, МГ ГРАММ углевод РУБ. ТУРЫ Холодные закуски повара -Лобанова В.Л. Салат из свежей капусты с Карот0,88/В10.01/В2 1,45/4,95/9 90 100 Ca25,69/Mg9,92 0.02/**PP**0,35/**C**16,42 ,89 морковью Na120,57/K78 42 59 **Карот**0,03/**В**¹0.01/**В**² 0,66/8,1 2/1,67 Салат из свежих огурцов с 82 100 0.02/**PP**0,11/**C**5,56 Ca13,89/Mg7,85 растительным маслом повар -Зинченко О.М. Cyna Суп картофельный с Kapot 0,93131 Na122,42/K482,07/ 2,62/2,32/21, 250 260 /**B**¹0.12/**B**²0.07/**PP**1 макаронными изделиями Ca19,72/Mg27,02 71 ,31/**C**16,5 3,16/4,08/1 Na161,24/K197,89/ Ca152,41/Mg25,0 162 Суп молочный с рисовой крупой **Карот**0,02/**В**¹0.06/**В**² 0.19/**РР**0,36/**С**1,62 246 250 2.23 Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П., Редькина .Н. Рыба «Аппетитная» (горбуша, Na497,27K268,56/ **Карот**0,91/**В**¹0.08/**В**² 5,19/5,91/3 190 75 Ca88,34/Mg 28,67 0.13/**PP**1,62/**C**2,08 ,92 запеченная с капустой и луком) 14,7/12,66/ Na841,60K300,71/ Карот0,01/В10.09/В2 189 137 75 Суфле из говядины 2,35 10,25/14,1 Ca36,61/Mg 25,49 0.23/**PP**3,34/**C**0,84 Na263,76/K460,92/ Карот0,05/В10.04/В2 423 378 115/50 Тефтели с рисом и соусом (говядина) Ca68,41/Mg39,47 0,07/**PP**1,75/**C**1,80 1/13,55 **Карот**0,05/**В**¹0.02/**В**² 1,79/4,16/9 Na3.78/K272.51/C 212 Свекла тушеная 124 150 0,04/**PP**0,23/**C1**0,78 a36,48/Mg18,62 Kapo_T0,05/B¹0.07/B² 294 Na293.82/K237.10/ Запеканка из творога со 13,92/10,0 Ca254,18/Mg35,1 0.39/**PP**0,59/**C**0,77 209 75 9/11,24 сгущенным молоком Na219,87/K94,71/ **Карот**0,02/**В**¹0.04/**В**² 5,33/2,37/26, 262 Каша молочная манная с маслом 200/10 378 Ca66,68/Mg9,95 0.08/**PP**0,23/**C**0,66 86 Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М. Na149,18/K176,09 Карот0,01/В¹0.19/В² 11.55/7.92/62 366 255 Греча рассыпчатая с маслом 150 Ca11,49/Mg92,5 0.09/**PP**1,93/**C**0,00 .19 K8,22/Ca35,44/Mg 471 Карот0,03/В10.10/В2 2,04/3,98/16, Картофель в молоке 150 165 22,99 0.08/**PP**1,12/**C**17,30 Na28,45/K548,95/ Карот0,87/В10.22/В2 3,45/7,71/28, 824 Соус красный основной 50 99 Ca67,7/Mg70,28 0,17/**PP**2,52/**C**19,50 64 **A**-0.4/**D**-2/**E**-4/**C**-Масло сливочное K48/P48/Na2.2/Ca  $12/\mathbf{B}_1 - 0.3/\mathbf{B}_2$ 4.8/**Mg**0.4/ 10 0.34/**B**₅-1.6/**B**₆-0.9/81.1/0.1 75 Na2.2/Zn0.02/Se0.  $0.5/\mathbf{B_9} - 0.06/\mathbf{B_{12}} -$ 0.8/**PP**-4/**K**-16 Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М. 427 Напиток из клюквы Na3,12/K30,11/Ca **Карот**0,00/**В**¹0.00/**В**² 0,05/0,00/5,4 200 44 3.74/Mg 2.0 0.01/**PP**0.03/**C**3,75 629 Чай «Гринфилд» с сахаром и Na1,74/K36,66/Ca Карот0,00/В10.00/В2 0,26/0,05/15, 60 200 8,05/**Mg**8,24 0.01/**PP**0.08/**C**2,9 22 лимоном 200 Нектары и соки «Любимый» Na 0,01 0/0/11 45 Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия

<b>№</b> РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	<b>ВЫХОД,</b> ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
1	Ватрушка с наливкой	Na391,31/K100,42/ Ca20,72/Mg12,59	<b>Καροτ</b> 0,00/ <b>Β</b> ¹ 0.12/ <b>Β</b> ² 0.06/ <b>PP</b> 0,97/ <b>C</b> 0,00	7,48/9,3/48,4 1	200	65	
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.06/ <b>В</b> ² 0.05/ <b>РР</b> 0,53/ <b>С</b> 0,11	13,76/6,51/ 25,59	151	100	
687	Гребешок с черносливом	Na173,52K101,37/ Ca15,76/Mg 9,81	<b>Καροτ</b> 0,06/ <b>Β</b> ¹ 0.07/ <b>Β</b> ² 0.06/ <b>PP</b> 0,72/ <b>C</b> 0,55	4,90/5,18/4 9,02	247	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0.98/Zn- 0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75	Kapor0,01/B¹0.05/B² 0.02/PP0,18/E-0.55/ B ₅ -0.15/B ₆ -0.05/B ₉	1.98/0.25/12. 07 1.65/0.3/8.35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

# 9 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК Меню на 2024 год

687

Листики печеные с яблоками

Хлеб «Рижский», пшеничный

Заведующая столовой Бухгалтер/калькулятор С.В. Ефремова И.В.Голюшева

	еню на 2024 год	Бухгалтер/калькулятор		И. В. Го.	люшева		
№ РЕЦЕП ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ- ва, мг	Витамины, мг	белки/жиры/ углевод	ккал	<b>ВЫХОД,</b> ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холо	дные закуски повар -Лобанова	Β.Λ.					
34	Салат из капусты с яблоками и клюквой	Na9,53/K114,81/C a18,14/Mg6,92	<b>Карот</b> 0,01/ <b>В</b> ¹ 0,01/ <b>В</b> ² 0.01/ <b>РР</b> 0,28/ <b>С</b> 17,35	1,05/4,81/11, 31	93	100	
64	Салат из свеклы с растительным маслом	Na280,76/K162,48/ Ca23,07/Mg12,54	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0,01/ <b>В</b> ² 0,02/ <b>РР</b> 0,11/ <b>С</b> 5,64	1,57/7,989,81	117	100	
Cyna	повар -Зинченко О.М.						
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/ Ca53,30/Mg26,13	<b>Карот</b> 0,61/ <b>В</b> ¹ 0.12/ <b>В</b> ² 0./ <b>РР</b> 0,56/ <b>С</b> 16,21	5,79/5,56/21, 92	283	250	
161	Суп молочный с макаронными изделиями	Na181,2/K171,89/ Ca152,41/Mg24,0	<b>Kapot</b> 0,01/ <b>B</b> ¹ 0.07/ <b>B</b> ² 0.09/ <b>PP</b> 0,36/ <b>C</b> 1,6	3,54/4,12/1 1,62	245	250	
Bmop	оые горячие блюда Повар - Вахр		I./ Редькина .l	Н.		l	
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,1/ Ca155,13/Mg134,6	<b>Карот</b> 1,68/ <b>В</b> ¹ 0.14/ <b>В</b> ² 0.09/ <b>РР</b> 1,07/ <b>С</b> 5,01	13,35/8,35/ 4,41	175	60/60	
178	Оладьи из печени по-купечески	Na450,32/K166,61/ Ca60,630Mg13,6	<b>Kapor</b> 1,02/ <b>B</b> ¹ 0.16/ <b>B</b> ² 1,06/ <b>PP</b> 4,34/ <b>C</b> 15,48	13,19/9,65/ 10,08	180	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/ Ca10,53/Mg21,57	<b>Kapor</b> 0,21/ <b>B</b> ¹ 0.05/ <b>B</b> ² 0,13/ <b>PP</b> 3,04/ <b>C</b> 0,32	17,88/11,68/0 42	89	50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/ Ca7,02/Mg12,68	<b>Kapor</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.03/ <b>B</b> ² 0.06/ <b>PP</b> 1,68/ <b>C</b> 0,00	13,38/11,12/8 ,42	119	75	
351	Картофельная ватрушка с фаршем мясным (говядина)	Na270,15/K212,0/ Ca45,87/Mg46,05	<b>Карот</b> 1,68/ <b>В</b> ¹ 0.09/ <b>В</b> ² 0,08/ <b>РР</b> 1,40/ <b>С</b> 5,35	5,68/7,99/1 2,92	186	100	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/ Ca45,87/Mg46,5	<b>Kapor</b> 1,68/ <b>B</b> ¹ 0.09/ <b>B</b> ² 0.08/ <b>PP</b> 1,40/ <b>C</b> 5,35	2,62/5,6 0/10,24	122	100	
257	Каша молочная рисовая с маслом	Na221,21/K90,24/ Ca64,89/Mg14,72	<b>Kapor</b> 0,02/ <b>B</b> ¹ 0.03/ <b>B</b> ² 0.08/ <b>PP</b> 0,29/ <b>C</b> 0,66	4,42/8,95/26,	409	200/10	
Гарн	иры и соусы Повар - Зинченко (	D.M.					
487	Рагу овощное	Na417,66/K165,65/ Ca 60,54/Mg29,58	<b>Καροτ</b> 0,05/ <b>Β</b> ¹ 5,01/ <b>Β</b> ² 0.07/ <b>PP</b> 0,78/ <b>C</b> 5,46	1,88/6,93/1 4,5	192	150	
444	Пюре картофельное с морковью	Na417,33/K431,48/ Ca38,34/Mg23,81	<b>Kapot</b> 1,49/ <b>B</b> ¹ 0.09/ <b>B</b> ² 0.08/ <b>PP</b> 1,03/ <b>C</b> 14, 21	1,93/5,10/1 4,33	166	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	<b>Карот</b> 0,87/ <b>В</b> ¹ 0.22/ <b>В</b> ² 0,17/ <b>РР</b> 2,52/ <b>С</b> 19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2.2/Ca 4.8/Mg0.4/ Na2.2/Zn0.02/Se0. 2	A-0.4/D-2/E-4/C- 12/B ₁ -0.3/B ₂ - 0.34/B ₅ -1.6/B ₆ - 0.5/B ₉ -0.06/B ₁₂ - 0.8/PP-4/K-16	0.9/81.1/0.1	75	10	
Слад	кие блюда Повар – Зинченко О.1	M.					
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/C a40,20/Mg26,25	<b>Карот</b> 0,12/ <b>В</b> ¹ 0.02/ <b>В</b> ² 0.05/ <b>РР</b> 0.75/ <b>С</b> 1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.00/ <b>В</b> ² 0.01/ <b>РР</b> 0.08/ <b>С</b> 2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
	Прейскурант цен на 1		ие и хлебобулочі	ные издели	. я		
	итер Южакова Е.А./Елфимова (	U.B.	1		ı	T	Т
<b>№</b> РЕЦЕП	НАИМЕНОВАНИЕ	Минер.вещ-	Витамины, мг	белки/жиры/	ккал	выход,	цена,
ТУРЫ		BA, MΓ		углевод		ΓΡΑΜΜ	РУБ.
687	Пирожки печеные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/ Ca17,79/Mg13,43	<b>Карот</b> 0,00/ <b>B</b> ¹ 0.10/ <b>B</b> ² 0.07/ <b>PP</b> 0.96/ <b>C</b> 4,77	5,01/10, 16/35,2 5	265	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/ Ca66,68/Mg9,90	<b>Карот</b> 0,00/ <b>В</b> ¹ 0.07/ <b>В</b> ² 0.05/ <b>РР</b> 0.55/ <b>С</b> 0,14	11,79/7, 81/36,7 1	158	100	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

Na130,57/K65,63/

Ca20,57/Mg7,53

Fe-0.98/Zn-0.31/Na152.5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75 Карот0,00/В10.06/В2

0.05/**PP**0,53/**C**0,11

Карот0,01/В10.05/В2

0.02/**PP**0,18/**E**-0.55/

 $B_5 - 0.15/B_6 - 0.05/B_9$ 

4,59/2,89/41,

08

1.98/0.25/12.

07

1.65/0.3/8.35

209

58

/43

100

50

Хлеб «Рижский», пшеничный

Меню на 2024 год

Заведующая столовой Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова И. В. Голюшева

Минер.вещбелки/жиры/ выход, ЦЕНА, Витамины, мг РЕЦЕП НАИМЕНОВАНИЕ ккал ВА, МГ углевод ГРАММ РУБ. ТУРЫ Холодные закуски повар -Лобанова В.Л. Na242,69/K112 ,68/Ca19,25/M 4,76/9,3/3, 12 Карот0,19/B¹0,02/B²0, 151 Салат «Школьные годы» (томаты 02/**PP**0,27/**C** 15,22 100 свежие, огурцы свежие, капуста, масло **g** 9.50 растительное) **Карот**0,82/**B**¹0,02/**B**² 0,02/**PP**0,38/**C**16,32 Салат «Восторг» (капуста, морковь, лук, Na12.76/K128.14/ 17 1,44/4,51/11, 100 94 Ca23,84/Mg10,85 яблоко, чеснок, масло растительное) 92 повар -Зинченко О.М. Cyna **Карот**1,38/**В**¹0.07/**В**² 0.10/**РР**0,79/**С**16,23 Na130,62/K290,82/ Суп пюре из разных овощей с 2,33/4,36/12, 282 250/10 Ca70,57/Mg23,57 <u>гренк</u>ами 11 **Карот**0,01/**В**10.07/ Суп молочный с домашней 162 3,57/4,12/4 Na181,2/K171,89/ 245 250 **B**²0.09/**PP**0,36/**C**1,6 лапшой Ca152,41/Mg24,0 4,62 Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н. Na197,90/K217,03/C a41,74/Mg24,76 **Карот**0,00/**B**¹0.10/**B**² 0.07/**PP**0,79/**C**1,11 20,26/6,74/0, 143 232 Рыба припущенная (горбуша) 100 30 **Карот**1,58/**В**¹0.13/ 362 Мясо, шпигованное морковью 13,21/12,1 Na290.53/K448.42/ 108 60 **B**²0.02/**PP**0,51/**C**9,1 Ca25,48/Mg34,43 4/4,74 (говядина) 3 Na493,14/K270,90/ Ca14,95/Mg24,99 **Карот**0,02/**В**¹0.06/**В**² 14,29/14,88/0 144 172 Котлета полтавская (говядина) 75 0.13/**PP**3,48/**C**0,08 ,22 1,64/5,91/2,9 71 218 Суфле из филе куриного Na829,16/K125,34/ Ca30,09/Mg45,25 **Карот**0,02/**В**¹0.03/**В**² 75 0 0,14/**PP**3,71/**C**1,41 (запеченное) Na614,87/K432,61/ Карот7,45/В10.20/В2 6,78/6,61/13, 244 Запеканка морковная с творогом 100 181 Ca166,9/Mg58,74 0.78/**PP**1,52/**C**4,22 **Карот**0,05/**В**¹0.02/ 213 Свекла тушеная с яблоками 1,11/7,33/9 Na378,16/K272,51/ 165 150 **B**²0.04/**PP**0,23/**C**10, Ca36,48/Mg18,62 .93 78 5,88/4,05/24, 394 257 Каша молочная геркулесовая с **Карот**0,02/**В**¹0.11/**В**² 0,09/**РР**0,26/**С**0,61 Na221.96/K140.85/ 200/10 55 Ca70,62/Mg34,38 маслом Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М. Na403 73/K241 57/ **Карот**0,25/**В**¹0.04/**В**² 1,81/2,21/8,3 482 Капуста тушеная 150 91 Ca62,07/Mg21,31 0.05/**PP**0,93/**C**52,88 Na4,44/K35,52/Ca **Карот**0,01/**В**¹0.02/**В**² 0.01/**РР**0,56/**С**0,00 6.60/8.98/56 465 Рис отварной с маслом сливочным 150 333 3,22/**Mg**17,51 63 **Карот**0,87/**В**¹0.22/**В**² 3,45/7,71/28, Na28.45/K548.95/ 824 Соус красный основной 50 99 Ca67,7/Mg70,28 0,17/**PP**2,52/**C**19,50 64 **A**-0.4/**D**-2/**E**-4/**C**-Масло сливочное K48/P48/Na2.2/Ca  $12/\mathbf{B_1} - 0.3/\mathbf{B_2}$ 4.8/Mg0.4/ 10 75 0.34/**B**₅-1.6/**B**₆-0.9/81.1/0.1 Na2.2/Zn0.02/Se0.  $0.5/\mathbf{B_9} - 0.06/\mathbf{B_{12}} -$ 0.8/**PP**-4/**K**-16 Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М. **Карот**0,10/**B**¹0.03/**B**² 0.04/**PP**0.30/**C**200,0 0,09/0,00/12, Na32,0/K350,0/Ca 590 Кисель из ягод (смородина черная) 200 97 36,0/**Mg** 31,0 629 Чай «Гринфилд» с сахаром и **Карот**0,00/**В**¹0.00/**В**² 0,26/0,05/15, Na1.74/K36.66/Ca 200 60 0.01/**PP**0.08/**C**2,9 8,05/Mg8,24 лимоном 22 200 Нектары и соки «Любимый» Na 0,01 0/0/11 45 Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В. Минер.вещбелки/жиры/ выход, ЦЕНА, НАИМЕНОВАНИЕ Витамины, мг РЕЦЕП ккал ВА, МГ углевод  $\Gamma PAMM$ PVF. ТУРЫ 687 Пирожки печеные с зеленым 5,42/5,04/2 9,77 Na130,52/K250,12/ Ca111,85/Mg 11,3 **Карот**0,00/**В**¹0.15/**В**² 265 100 0.08/**PP**1,06/**C**15,74 луком и яйцом **Карот**0,00**/В**¹0.07**/В**² 0.05**/РР**0,64**/С**0,06 6,03/13,28/45 Na160,7/K63,25/C 243 112 Булочка с маком 100 a12,66/Mg 7,32 .17 **Карот**0,00/**В**¹0.17/**В**² 7,27/15,22/62 Na261.50/K126.25/ 417 110 Булочка «Дорожная» 100

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерномодифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голюшева И. В (телефон для информации 41-79-37)

Ca20,84/Mg29,84

Fe-0.98/Zn-

0.31/Na152.5/B5.7

5/P39.5/K61.25/M g18.75/Ca-8.75

0.06/**PP**1,6/**C**0,00

**Карот**0,01/**В**¹0.05/**В**²

0.02/**PP**0.18/**E**-0.55/

 $B_5 - 0.15/B_6 - 0.05/B_9$ 

93

1.98/0.25/12.

07

1.65/0.3/8.35

58

/43

25/25