

1 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
26	Салат «Осенний» (капуста, перец, морковь, томат, масло растительное)	Na16,87/K146,96/ Ca 9,47/Mg 9,17	Карот 0,41/ В ⁰ 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 ⁰ 0,05/ В ² 0,06/ РР 0,51/ С 8,42	3,78/11, 74/11,0 9	165	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
233	Суп лапша домашняя с курой	Na106,37/K58,8/ Ca 11,85/Mg 10,30	Карот 0,01/ В ⁰ 0,05/ В ² 0,04/ РР 0,44/ С 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 ⁰ 0,13/ В ² 0,19/ РР 0,43/ С 1,62	3,93/4,1 7/14,78	280	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина Н.Н.							
234	Суфле из отварной рыбы паровое	Na327,04/K391,09/ Ca73,63/Mg 36,23	Карот 0,02/ В ⁰ 0,12/ В ² 0,28/ РР 2,27/ С 1,30	11,99/6,33/3, 47	131	105/5	
418	Зразы рубленые (говядина)	Na377,83/K204,04/ Ca26,28/Mg21,46	Карот 0,14/ В ⁰ 0,06/ В ² 0,10/ РР 1,93/ С 5,60	8,87/13/16/7, 02	127	70	
416	Котлета рубленая (говядина)	Na285,34/K140,18/ Ca9,06/Mg 15,06	Карот 0,01/ В ⁰ 0,04/ В ² 0,07/ РР 1,80/ С 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	Карот 0,50/ В ⁰ 0,15/ В ² 0,10/ РР 1,60/ С 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 ⁰ 0,05/ В ² 0,09/ РР 0,34/ С 0,57	1,89/2,1 6/4,54	168	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
472	Пюре картофельное с маслом сливочным	K509,68/Na46,33/ Mg22,99	Карот 0,03/ В ⁰ 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 ⁰ 0,02/ 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 ⁰ 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	А -0,4/ Д -2/ Е -4/ С -12/ В ₁ -0,3/ В ₂ -0,34/ В ₅ -1,6/ В ₆ -0,5/ В ₉ -0,06/ В ₁₂ -0,8/ РР -4/ К -16	0,9/81.1/0.1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
427	Напиток из брусники	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg 2,0	Карот 0,00/ В ⁰ 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 ⁰ 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	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	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/ В ⁰ 0,08/ В ² 0,08/ РР 0,90/ С 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/ В ⁰ 0,07/ В ² 0,05/ РР 0,55/ С 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 ⁰ 0,04/ В ² 0,04/ РР 0,61/ С 0,40	2,53/9,0 4/21,38	181	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/ Zn -0,31/ Na 152,5/ B 5,7 5/ P 39,5/ K 61,25/ Mg 18,75/ Ca -8,75	Карот 0,01/ В ⁰ 0,05/ В ² 0,02/ РР 0,18/ Е -0,55/ В ₅ -0,15/ В ₆ -0,05/ В ₉ -	1,98/0,25/12, 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

2 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
66	Салат из тертой моркови с яблоками (морковь, яблоко, масло растительное)	Na12,80/K129,5/Ca19,3/Mg13,65	Карот2,70/В ⁰ 0,02/В ² 0,02/РР0,37/С5,61	0,82/8,37/8,21	111	100	
60	Винегрет овощной (картофель, капуста, свекла, морковь, масло растительное)	Na14,41/K153,48/Ca14,70/Mg11,08	Карот0,60/В ⁰ 0,02/В ² 0,02/РР0,28/С5,61	1,65/9,82/7,84	126	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/Ca53,30/Mg26,13	Карот0,61/В ⁰ 0,12/В ² 0,./РР0,56/С16,21	5,79/5,56/21,92	283	250	
162	Суп молочный с гречневой крупой	Na179,01/K207,56/Ca126,85/Mg38,1	Карот0,00/В ⁰ 0,02/В ² 0,18/РР0,29/С1,21	4,01/4,10/14,61	278	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина Н.Н.							
114	Рыба, запеченная в омлете (горбуша)	Na260,48/K294,01/Ca31,10/Mg28,53	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,11/РР1,68/С4,71	16,38/10,77/2,89	174	100	
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/K409,59/Ca16,31/Mg28,87	Карот0,57/В ⁰ 0,12/В ² 0,01/РР0,37/С7,70	16,15/13,66/2,87	199	50/50	
636	Голубцы с мясом и рисом (говядина)	Na431,28/K291,79/Ca53,7/Mg27,82	Карот0,03/В ⁰ 0,06/В ² 0,11/РР2,37/С30,18	7,07/7,21/7,84	394	216/50	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В ⁰ 0,03/В ² 0,06/РР1,68/С0,00	12,04/9,65/4,37	144	75	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,5	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,08/РР1,40/С5,35	2,62/5,60/10,24	122	100	
257	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	Na219,49/K119,33/Ca64,56/Mg26,61	Карот0,02/В ⁰ 0,11/В ² 0,08/РР0,42/С0,60	5,83/3,03/27,26	400	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
414	Макаронные изделия отварные с маслом	K61,40/Са27,30/Mg16,39	Карот0,01/В ⁰ 0,08/В ² 0,03/РР0,74/С0,00	6,39/12,5/44,14	472	150	
468	Горошница	Na230,48/K683,23/Ca24,16/Mg30,51	Карот0,50/В ⁰ 0,15/В ² 0,10/РР1,6/С23,76	20,42/6,39/47,29	328	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ 0,22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/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/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/В ⁰ 0,02/В ² 0,05/РР0,75/С1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0,00/В ² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с рисом и яйцом	Na297,10/K133,08/Ca33,13/Mg13,55	Карот0,03/В ⁰ 0,08/В ² 0,08/РР0,90/С16,65	5,43/6,04/29,99	196	100	
	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/K202,23/Ca28,95/Mg12,89	Карот0,06/В ⁰ 0,07/В ² 0,10/РР0,40/С0,00	4,72/17,89/39,46	338	100	
	Булочка сдобная с помадкой	Na256,81/K111,33/Ca29,19/Mg13,04	Карот0,00/В ⁰ 0,12/В ² 0,09/РР0,99/С0,09	7,33/9,87/57,33	347	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,02/РР0,18/E-0,55/B5-0,15/B6-0,05/B9-	1,98/0,25/12,07 1,65/0,3/8,35	58/43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных 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 Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

3 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
20	Салат из свежей капусты с гранатом	Na242,02/K119,41/ Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/В ⁰ .01/В ² 0.02/РР0,35/С16,42	1,50/4,52/1 0,08	87	100	
72	Салат картофельный с растительным маслом	Na244,05/K185,87/ Ca12,05/Mg11,01	Карот0,08/В ⁰ .04/В ² 0.02/РР0,42/С7,43	2,46/8,63/1 1,05	132	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
167	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Na130,62/K290,82/ Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/В ⁰ .07/В ² 0.10/РР0,79/С16,23	2,33/4,36/12, 11	282	250/10	
162	Суп молочный с рисовой крупой	Na161,24/K197,89/ Ca152,41/Mg25,0	Карот0,02/В ⁰ .06/В ² 0.19/РР0,36/С1,62	3,16/4,08/1 2,23	246	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина Н.Н.							
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,1/ Ca155,13/Mg134,6	Карот1,68/В ⁰ .14/В ² 0.09/РР1,07/С5,01	13,35/8,35/ 4,41	175	60/60	
408	Печень (говяжья), тушеная в соусе	Na462,28/K216,97/ Ca77,17/Mg15,19	Карот0,96/В ⁰ .22/В ² 1,56/РР6,48/С24,01	9,50/5,40/1,8 7	94	50/50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/ Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В ⁰ .03/В ² 0.06/РР1,68/С0,00	13,38/11,12/8 ,42	119	75	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/K174,73/ Ca38,38/Mg18,12	Карот0,03/В ⁰ .13/В ² 0.19/РР1,37/С2,65	12,79/9,59/ 5,52	226	142	
294	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Na293,82/K237,10/ Ca254,18/Mg35,1	Карот0,05/В ⁰ .07/В ² 0.39/РР0,59/С0,77	13,92/10,0 9/11,24	209	75/20	
284	Омлет натуральный с маслом сливочным	Na177,58/K78,67/ Ca41,7/Mg6,98	Карот0,02/В ⁰ .03/В ² 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	Карот0,02/В ⁰ .03/В ² 0.08/РР0,29/С0,66	4,42/8,95/26, 34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
255	Греча рассыпчатая с маслом	Na149,18/K176,09/ Ca11,49/Mg92,5	Карот0,01/В ⁰ .19/В ² 0.09/РР1,93/С0,00	11,55/7,92/62 ,19	366	150	
471	Картофель в молоке	K8,22/Сa35,44/Mg 22,99	Карот0,03/В ⁰ .10/В ² 0.08/РР1,12/С17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ .22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	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/B1-0.3/B2- 0.34/B5-1.6/B6- 0.5/B9-0.06/B12- 0.8/PP-4/K-16	0.9/81.1/0.1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
427	Напиток из клюквы	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg2,0	Карот0,00/В ⁰ .00/В ² 0.01/РР0.03/С3,75	0,05/0,00/5 ,49	44	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ .00/В ² 0.01/РР0.08/С2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В ⁰ .06/В ² 0.05/РР0,53/С0,11	13,76/6,51/ 25,59	151	100	
687	Листики печенье с яблоком	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В ⁰ .06/В ² 0.05/РР0,53/С0,11	4,59/2,89/41, 08	209	100	
511	Песочник с изюмом	Na112,65/K140,6/ Ca20,60/Mg14,19	Карот0,00/В ⁰ .08/В ² 0.05/РР0,74/С0,0	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	Карот0,00/В ⁰ .05/В ² 0.02/РР0,18/E-0.55/ B5-0.15/B6-0.05/B9	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-инженерно-модифицированных 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 Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

4 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
64д	Салат из свеклы с растительным маслом	Na280,76/K162,48/ Ca23,07/Mg12,54	Карот0,00/В ⁰ 0,01/В ² 0,02/РР0,11/С5,64	1,57/7,989,81	117	100	
17	Салат «Восторг» (капуста, морковь, лук, яблоко, чеснок, масло растительное)	Na12,76/K128,14/ Ca23,84/Mg10,85	Карот0,82/В ⁰ 0,02/В ² 0,02/РР0,38/С16,32	1,44/4,51/11, 92	94	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
131	Суп картофельный	Na123,6/K505,37/ Ca43,84/Mg40,3	Карот1,07/В ⁰ 0,23/ В ² 0,08/РР1,23/С15, 25	1,89/2,18/17, 12	285	250	
161	Суп молочный с макаронными изделиями	Na181,2/K171,89/ Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/В ⁰ 0,07/ В ² 0,09/РР0,36/С1,6 8	3,54/4,12/1 1,62	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
324	Котлета рыбная (горбуша)	Na491,16/K150,13/ Ca30,33/Mg17,04	Карот0,75/В ⁰ 0,22/В ² 1,57/РР6,5/С24,45	1,70/6,05/8 ,74	73	75	
178	Оладьи из печени по-купечески	Na450,32/K166,61/ Ca60,630/Mg13,6	Карот1,02/В ⁰ 0,16/В ² 1,06/РР4,34/С15,48	13,19/9,65/ 10,08	180	100	
218	Суфле из филе куриного (запеченное)	Na829,16/K125,34/ Ca30,09/Mg45,25	Карот0,02/В ⁰ 0,03/В ² 0,14/РР3,71/С1,41	1,64/5,91/2,9 0	71	75	
423	Тефтели с рисом и соусом (говядина)	Na263,76/K460,92/ Ca68,41/Mg39,47	Карот0,05/В ⁰ 0,04/В ² 0,07/РР1,75/С1,80	10,25/14,1 1/13,55	378	115/50	
212	Свекла тушеная	Na3,78/K272,51/С a36,48/Mg18,62	Карот0,05/В ⁰ 0,02/В ² 0,04/РР0,23/С10,78	1,79/4,16/9 ,53	124	150	
351	Картофельная ватрушка с фаршем мясным (говядина)	Na270,15/K212,0/ Ca45,87/Mg46,05	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,08/РР1,40/С5,35	5,68/7,99/1 2,92	186	100	
257	Каша молочная геркулесовая с маслом	Na221,96/K140,85/ Ca70,62/Mg34,38	Карот0,02/В ⁰ 0,11/В ² 0,09/РР0,26/С0,61	5,88/4,05/24, 55	394	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
487	Рагу овощное	Na417,66/K165,65/ Ca 60,54/Mg29,58	Карот0,05/В ⁰ 5,01/В ² 0,07/РР0,78/С5,46	1,88/6,93/1 4,5	192	150	
440	Капуста цветная отварная с маслом	Na205,02/K234,31/ Ca 31,35/Mg19,03	Карот0,04/В ⁰ 0,11/В ² 0,11/РР0,66/С77,84	2,41/3,53/4,7 1	63	100/5	
	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/В ₁ -0,3/В ₂ - 0,34/В ₅ -1,6/В ₆ - 0,5/В ₉ -0,06/В ₁₂ - 0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
590	Кисель из ягод (черная смородина)	Na32,0/K350,0/Ca 36,0/Mg 31,0	Карот0,10/В ⁰ 0,03/В ² 0,04/РР0,30/С200,0	0,09/0,00/12, 06	97	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0,00/В ² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с зеленым луком и яйцом	Na130,52/K250,12/ Ca111,85/Mg 11,3	Карот0,00/В ⁰ 0,15/В ² 0,08/РР1,06/С15,74	5,42/5,04/2 9,77	265	100	
112	Булочка с маком	Na160,7/K63,25/C a12,66/Mg 7,32	Карот0,00/В ⁰ 0,07/В ² 0,05/РР0,64/С0,06	6,03/13,28/45 ,17	243	100	
687	Гребешок с черносливом	Na173,52/K101,37/ Ca15,76/Mg 9,81	Карот0,06/В ⁰ 0,07/В ² 0,06/РР0,72/С0,55	4,90/5,18/4 9,02	247	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn- 0,31/Na152,5/В5,7 5/Р39,5/К61,25/M g18,75/Сa-8,75	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,02/РР0,18/Е-0,55/ В5-0,15/В6-0,05/В9	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-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

5 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
38	Салат «Школьные годы» (томаты свежие, огурцы свежие, капуста, масло растительное)	Na242,69/K112,68/ Ca19,25/Mg 9,50	Карот0,19/В ⁰ 0,02/В ⁰ 0,02/ Р0,27/С 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	Карот0,05/В ⁰ 0,02/В ² 0,02/РР0,19/С6,24	2,14/8,11/10, 39	123	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
129	Рассольник ленинградский	Na27,5/K499,45/ Ca25,95/Mg26,97	Карот0,98/В ⁰ 0,11/В ² 0,07/РР1,21/С17,26	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	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,04/РР0,44/С 1,0	3,79/8,71/1 9,94	467	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
232	Рыба припущенная (горбуша)	Na197,90/K217,03/ Ca41,74/Mg24,76	Карот0,00/В ⁰ 0,10/В ² 0,07/РР0,79/С1,11	20,26/6,74/0, 30	143	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/ Ca10,53/Mg21,57	Карот0,21/В ⁰ 0,05/В ² 0,13/РР3,04/С0,32	17,88/11,68/0 42	89	50	
172	Котлета полтавская (говядина)	Na493,14/K270,90/ Ca14,95/Mg24,99	Карот0,02/В ⁰ 0,06/В ² 0,13/РР3,48/С0,08	14,29/14,88/0 22	144	75	
416	Шницель рубленый (говядина)	Na285,34/K140,18/ Ca9,06/Mg 15,06	Карот0,01/В ⁰ 0,04/В ² 0,07/РР1,80/С0,00	12,16/1 7,7/8,08	180	75	
244	Запеканка морковная с творогом	Na614,87/K432,61/ Ca166,9/Mg58,74	Карот7,45/В ⁰ 0,20/В ² 0,78/РР1,52/С4,22	6,78/6,61/13, 54	181	100	
261	Каша молочная «Янтарная» с маслом (пшено, яблоки)	Na244,96/K325,02/ Ca131,26/Mg108,3 1	Карот0,01/В ⁰ 0,24/В ² 0,24/РР2,07/С1,3	4,72/8,95/26, 34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
472	Пюре картофельное с маслом	K509,68/Ca46,33/ Mg22,99	Карот0,03/В ⁰ 0,10/В ² 0,08/РР1,12/С17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
206	Морковь тушеная с зеленым горошком в молочном соусе	Na417,66/K165,65/ Ca60,54/Mg29,58	Карот0,05/В ⁰ 5,01/В ² 0,07/РР0,78/С5,46	2,55/7,398/ 9,36	180	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ 0,22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	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/В ₁ -0,3/В ₂ - 0,34/В ₅ -1,6/В ₆ - 0,5/В ₉ -0,06/В ₁₂ - 0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/ Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/В ⁰ 0,02/В ² 0,05/РР0,75/С1	0,37/0,44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0,00/В ² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/ Ca17,79/Mg13,43	Карот0,00/В ⁰ 0,10/В ² 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	Карот0,00/В ⁰ 0,07/В ² 0,05/РР0,55/С0,14	11,79/7, 81/36,7 1	158	100	
110	Булочка «Дорожная»	Na261,50/K126,25/ Ca20,84/Mg29,84	Карот0,00/В ⁰ 0,17/В ² 0,06/РР1,6/С0,00	7,27/15,22/62 93	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	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,02/РР0,18/Е-0,55/ В ₅ -0,15/В ₆ -0,05/В 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-инженерно-модифицированных 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 Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

6 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
27	Салат «Витаминный» (капуста, морковь, перец, зеленый горошек, масло растительное)	Na242,02/К119,41/ Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/В ⁰ 0,01/В ² 0,02/РР0,35/С16,42	1,94/9,9/3/11,05	141	100	
21	Салат «Здоровье» (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	Na257,48/К108,12/ Ca21,87/Mg14,28	Карот1,82/В ⁰ 0,02/В ² 0,02/РР0,31/С4,03	1,79/17,67/7,92	198	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
120	Щи из свежей капусты и картофеля	Na130,62/К290,82/ Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/В ⁰ 0,07/В ² 0,10/РР0,79/С16,23	1,77/4,62/9,78	260	250	
162	Суп молочный с гречневой крупой	Na179,01/К207,56/ Ca126,85/Mg38,1	Карот0,00/В ⁰ 0,02/В ² 0,18/РР0,29/С1,21	4,01/4,10/14,61	278	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
144	Рыба, запеченная в омлете (горбуша)	Na260,48/К294,01/ Ca31,10/Mg28,53	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,11/РР1,68/С4,71	16,38/10,7/7/2,89	174	120	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/К130,52/ Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В ⁰ 0,03/В ² 0,06/РР1,68/С0,00	12,04/9,65/4,37	144	75	
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/К409,59/ Ca16,31/Mg28,87	Карот0,57/В ⁰ 0,12/В ² 0,01/РР0,37/С7,70	16,15/13,66/2,87	199	50/50	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/К174,73/ Ca38,38/Mg18,12	Карот0,03/В ⁰ 0,13/В ² 0,19/РР1,37/С2,65	12,79/9,59/5,52	226	142	
296	Пудинг из творога со сгущенным молоком	Na230,48/К683,23/ Ca24,16/Mg 30,51	Карот0,50/В ⁰ 0,15/В ² 0,10/РР1,60/С23,76	12,52/8,82/13,0	181	100/20	
242	Рулет картофельный с овощами	Na281,37/К861,21/ Ca46,31/Mg43,04	Карот1,07/В ⁰ 0,02/В ² 0,19/РР2,07/С29,09	3,38/6,04/13,70	163	100	
257	Каша молочная пшеничная с маслом	Na219,47/К97,28/ Ca62,62/Mg18,16	Карот0,02/В ⁰ 0,06/В ² 0,08/РР0,30/С0,61	6,07/2,43/28,06	395	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
482	Капуста тушеная	Na403,73/К241,57/ Ca62,07/Mg21,31	Карот0,25/В ⁰ 0,04/В ² 0,05/РР0,93/С52,88	1,81/2,21/8,31	91	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/К35,52/ Ca 3,22/Mg17,51	Карот0,01/В ⁰ 0,02/В ² 0,01/РР0,56/С0,00	6,60/8,98/56,63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/К548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ 0,22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	К48/Р48/Na2,2/ Ca 4,8/Mg0,4/ Na2,2/Zn0,02/Se0,2	А-0,4/Д-2/Е-4/С-12/В ₁ -0,3/В ₂ -0,34/В ₅ -1,6/В ₆ -0,5/В ₉ -0,06/В ₁₂ -0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/К429,55/ Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/В ⁰ 0,02/В ² 0,05/РР0,75/С1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/К36,66/ Ca 8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0,00/В ² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с рисом и яйцом	Na297,10/К133,08/ Ca33,13/Mg13,55	Карот0,03/В ⁰ 0,08/В ² 0,08/РР0,90/С16,65	5,43/6,04/29,99	196		
502	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/К202,23/ Ca28,95/Mg12,89	Карот0,06/В ⁰ 0,07/В ² 0,10/РР0,40/С0,00	4,72/17,89/39,46	338		
493	Булочка сдобная с помадкой	Na256,81/К111,33/ Ca29,19/Mg13,04	Карот0,00/В ⁰ 0,12/В ² 0,09/РР0,99/С0,09	7,33/9,87/57,33	347		
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/В ⁵ 7,5/Р39,5/К61,25/Мg18,75/Сa-8,75	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,02/РР0,18/Е-0,55/В ₅ -0,15/В ₆ -0,05/В 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-инженерно-модифицированных 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, МБГ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01 Нормативный документ – сборник рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

7 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
60	Винегрет овощной (картофель, капуста, свекла, морковь, масло растительное)	Na14,41/K153,48/ Ca14,70/Mg11,08	Карот0,60/В*0,02/В² 0,02/РР0,28/С5,61	1,65/9,82/7,8 4	126	100	
37	Салат «Студенческий» (картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо, масло растительное)	Na25,92/K179,39/ Ca 18,94/Mg 14,21	Карот1,15/В*0,05/В² 0,06/РР0,51/С 8,42	3,78/11, 74/11,0 9	165	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
138	Суп картофельный с бобовыми и сухариками	Na27,5/K499,45/С а25,95/Mg26,97	Карот0,98/В*0,11/В² 0,07/РР1,21/С17,26	5,79/5,56/21, 92	444	250/10	
162	Суп молочный с пшеном	Na161,44/K225,09/ Ca 156,61/Mg 34,16	Карот0,02/В*0,13/В² 0,19/РР0,43/С 1,62	3,93/4,1 4/14,78	280	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
234	Суфле из отварной рыбы паровое (горбуша)	Na327,04/K391,09/ Ca73,63/Mg 36,23	Карот0,02/В*0,12/В² 0,28/РР2,27/С1,30	11,99/6,33/3, 47	131	105/5	
408	Печень (говяжья), тушенная в соусе	Na462,28/K216,97/ Ca77,17/Mg15,19	Карот0,96/В*0,22/В² 1,56/РР6,48/С24,01	9,50/5,40/1,8 7	94	50/50	
418	Зразы рубленые (говядина)	Na377,83/K204,04/ Ca26,28/Mg21,46	Карот0,14/В*0,06/В² 0,10/РР1,93/С5,60	8,87/13/16/7, 02	127	70	
636	Голубцы с мясом и рисом (говядина)	Na431,28/K291,79/ Ca53,7/Mg27,82	Карот0,03/В*0,06/В² 0,11/РР2,37/С30,18	7,07/7,2 1/7,84	394	216/10 0	
284	Омлет натуральный с маслом	Na177,58/K78,67/Ca 41,7/Mg6,98	Карот0,02/В*0,03/В² 0,20/РР0,09/С0,19	8,83/18,06/1, 65	225	105/5	
257	Каша молочная ячневая с маслом	Na360,67/K253,33/ Ca66,94/Mg 25,94	Карот0,07/В*0,05/В² 0,09/РР0,34/С0,57	1,89/2,1 6/4,54	168	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
414	Макаронные изделия отварные с маслом	K61,40/Ca27,30/ Mg16,39	Карот0,01/В*0,08/В² 0,03/РР0,74/С0,00	6,39/12,5/44, 14	472	150	
468	Горошница	Na230,48/K683,23/ Ca24,16/Mg30,51	Карот0,50/В*0,15/В² 0,10/РР1,6/С23,76	20,42/6,39/47 ,29	328	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В*0,22/В² 0,17/РР2,52/С19,50	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/В1-0,3/В2- 0,34/В5-1,6/В6- 0,5/В9-0,06/В12- 0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
427	Напиток из брусники	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg 2,0	Карот0,00/В*0,00/В² 0,01/РР0,03/С3,75	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	Карот0,00/В*0,00/В² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	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	Карот0,00/В*0,08/В² 0,08/РР0,90/С16,65	5,55/6,5 2/30,12	201	100	
687	Листики печеные с конфитюром	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В*0,06/В² 0,05/РР0,53/С0,11	4,45/2,89/28, 72	159	100	
511	Песочник с изюмом	Na112,65/K140,6/ Ca20,60/Mg14,19	Карот0,00/В*0,08/В² 0,05/РР0,74/С0,0	7,30/14,35/ 44,67	337	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn- 0,31/Na152,5/В5,7 5/Р39,5/К61,25/М g18,75/Са-8,75	Карот0,01/В*0,05/В² 0,02/РР0,18/Е-0,55/ В5-0,15/В6-0,05/В9 -	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-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

8 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой
Бухгалтер/калькуляторС.В. Ефремова
И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара –Лобанова В.А.							
26	Салат из свежей капусты с морковью	Na242,02/K119,41/ Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/В ⁰ 0.01/В ² 0.02/РР0,35/С16,42	1,45/4,95/9,89	90	100	
59	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Na120,57/K78,42/ Ca13,89/Mg7,85	Карот0,03/В ⁰ 0.01/В ² 0.02/РР0,11/С5,56	0,66/8,12/1,67	82	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
131	Суп картофельный с макаронными изделиями	Na122,42/K482,07/ Ca19,72/Mg27,02	Карот0,93/В ⁰ 0.12/В ² 0.07/РР1,31/С16,5	2,62/2,32/21,71	260	250	
162	Суп молочный с рисовой крупой	Na161,24/K197,89/ Ca152,41/Mg25,0	Карот0,02/В ⁰ 0.06/В ² 0.19/РР0,36/С1,62	3,16/4,08/12,23	246	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
321	Рыба «Аппетитная» (горбуша, запеченная с капустой и луком)	Na497,27K268,56/ Ca88,34/Mg 28,67	Карот0,91/В ⁰ 0.08/В ² 0.13/РР1,62/С2,08	5,19/5,91/3,92	190	75	
189	Суфле из говядины	Na841,60K300,71/ Ca36,61/Mg 25,49	Карот0,01/В ⁰ 0.09/В ² 0.23/РР3,34/С0,84	14,7/12,66/2,35	137	75	
423	Тефтели с рисом и соусом (говядина)	Na263,76K460,92/ Ca68,41/Mg39,47	Карот0,05/В ⁰ 0.04/В ² 0.07/РР1,75/С1,80	10,25/14,11/13,55	378	115/50	
212	Свекла тушеная	Na3,78/K272,51/С а36,48/Mg18,62	Карот0,05/В ⁰ 0.02/В ² 0,04/РР0,23/С10,78	1,79/4,16/9,53	124	150	
294	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Na293,82/K237,10/ Ca254,18/Mg35,1	Карот0,05/В ⁰ 0.07/В ² 0.39/РР0,59/С0,77	13,92/10,09/11,24	209	75	
262	Каша молочная манная с маслом	Na219,87/K94,71/ Ca66,68/Mg9,95	Карот0,02/В ⁰ 0.04/В ² 0.08/РР0,23/С0,66	5,33/2,37/26,86	378	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
255	Греча рассыпчатая с маслом	Na149,18/K176,09/ Ca11,49/Mg92,5	Карот0,01/В ⁰ 0.19/В ² 0.09/РР1,93/С0,00	11,55/7,92/62,19	366	150	
471	Картофель в молоке	K8,22/Сa35,44/Mg 22,99	Карот0,03/В ⁰ 0.10/В ² 0.08/РР1,12/С17,30	2,04/3,98/16,5	165	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ 0.22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Сa 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/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
427	Напиток из клюквы	Na3,12/K30,11/Сa 3,74/Mg 2,0	Карот0,00/В ⁰ 0.00/В ² 0.01/РР0,03/С3,75	0,05/0,00/5,49	44	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Сa 8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0.00/В ² 0.01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
1	Ватрушка с наливкой	Na391,31/K100,42/ Ca20,72/Mg12,59	Карот0,00/В ⁰ 0.12/В ² 0.06/РР0,97/С0,00	7,48/9,3/48,41	200	65	
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/ Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В ⁰ 0.06/В ² 0.05/РР0,53/С0,11	13,76/6,51/25,59	151	100	
687	Гребешок с черносливом	Na173,52K101,37/ Ca15,76/Mg 9,81	Карот0,06/В ⁰ 0.07/В ² 0.06/РР0,72/С0,55	4,90/5,18/49,02	247	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn- 0,31/Na152,5/B5.7 5/P39.5/K61.25/M g18.75/Сa-8.75	Карот0,01/В ⁰ 0.05/В ² 0.02/РР0,18/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-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

9 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошова

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повар –Лобанова В.А.							
34	Салат из капусты с яблоками и клюквой	Na9,53/K114,81/Ca18,14/Mg6,92	Карот0,01/В ⁰ 0,01/В ² 0,01/РР0,28/С17,35	1,05/4,81/11,31	93	100	
64	Салат из свеклы с растительным маслом	Na280,76/K162,48/Ca23,07/Mg12,54	Карот0,00/В ⁰ 0,01/В ² 0,02/РР0,11/С5,64	1,57/7,989,81	117	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/Ca53,30/Mg26,13	Карот0,61/В ⁰ 0,12/В ² 0,./РР0,56/С16,21	5,79/5,56/21,92	283	250	
161	Суп молочный с макаронными изделиями	Na181,2/K171,89/Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/В ⁰ 0,07/В ² 0,09/РР0,36/С1,68	3,54/4,12/1,62	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,17/Ca155,13/Mg134,6	Карот1,68/В ⁰ 0,14/В ² 0,09/РР1,07/С5,01	13,35/8,35/4,41	175	60/60	
178	Оладьи из печени по-купечески	Na450,32/K166,61/Ca60,630/Mg13,6	Карот1,02/В ⁰ 0,16/В ² 1,06/РР4,34/С15,48	13,19/9,65/10,08	180	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/Ca10,53/Mg21,57	Карот0,21/В ⁰ 0,05/В ² 0,13/РР3,04/С0,32	17,88/11,68/0,42	89	50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В ⁰ 0,03/В ² 0,06/РР1,68/С0,00	13,38/11,12/8,42	119	75	
351	Картофельная ватрушка с фаршем мясным (говядина)	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,05	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,08/РР1,40/С5,35	5,68/7,99/1,2,92	186	100	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,5	Карот1,68/В ⁰ 0,09/В ² 0,08/РР1,40/С5,35	2,62/5,60/10,24	122	100	
257	Каша молочная рисовая с маслом	Na221,21/K90,24/Ca64,89/Mg14,72	Карот0,02/В ⁰ 0,03/В ² 0,08/РР0,29/С0,66	4,42/8,95/26,34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
487	Рагу овощное	Na417,66/K165,65/Ca60,54/Mg29,58	Карот0,05/В ⁰ 5,01/В ² 0,07/РР0,78/С5,46	1,88/6,93/1,4,5	192	150	
444	Пюре картофельное с морковью	Na417,33/K431,48/Ca38,34/Mg23,81	Карот1,49/В ⁰ 0,09/В ² 0,08/РР1,03/С14,21	1,93/5,10/1,4,33	166	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ 0,22/В ² 0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0.4/D-2/E-4/C-12/В ₁ -0.3/В ₂ -0.34/В ₅ -1.6/В ₆ -0.5/В ₉ -0.06/В ₁₂ -0.8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/В ⁰ 0,02/В ² 0,05/РР0,75/С1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ 0,00/В ² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/Ca17,79/Mg13,43	Карот0,00/В ⁰ 0,10/В ² 0,07/РР0,96/С4,77	5,01/10,16/35,25	265	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/Ca66,68/Mg9,90	Карот0,00/В ⁰ 0,07/В ² 0,05/РР0,55/С0,14	11,79/7,81/36,71	158	100	
687	Листики печеные с яблоками	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В ⁰ 0,06/В ² 0,05/РР0,53/С0,11	4,59/2,89/41,08	209	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/В ⁰ 0,05/В ² 0,02/РР0,18/Е-0,55/В ₅ -0,15/В ₆ -0,05/В 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-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошова И. В (телефон для информации 41-79-37).

10 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2024 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голоушева

№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повар –Лобанова В.А.							
38	Салат «Школьные годы» (томаты свежие, огурцы свежие, капуста, масло растительное)	Na242,69/K112,68/Ca19,25/Mg 9,50	Карот0,19/В ⁰ ,02/В ⁰ ,02/РР0,27/С 15,22	4,76/9,3/3,12	151	100	
17	Салат «Восторг» (капуста, морковь, лук, яблоко, чеснок, масло растительное)	Na12,76/K128,14/Ca23,84/Mg10,85	Карот0,82/В ⁰ ,02/В ² ,0,02/РР0,38/С16,32	1,44/4,51/11,92	94	100	
Супа повар –Зинченко О.М.							
167	Суп пюре из разных овощей с гренками	Na130,62/K290,82/Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/В ⁰ ,07/В ² ,0,10/РР0,79/С16,23	2,33/4,36/12,11	282	250/10	
162	Суп молочный с домашней лапшой	Na181,2/K171,89/Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/В ⁰ ,07/В ² ,0,09/РР0,36/С1,68	3,57/4,12/4,46	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
232	Рыба припущенная (горбуша)	Na197,90/K217,03/Ca14,74/Mg24,76	Карот0,00/В ⁰ ,10/В ² ,0,07/РР0,79/С1,11	20,26/6,74/0,30	143	100	
362	Мясо, шпигованное морковью (говядина)	Na290,53/K448,42/Ca25,48/Mg34,43	Карот1,58/В ⁰ ,13/В ² ,0,02/РР0,51/С9,13	13,21/12,14/4,74	108	60	
172	Котлета полтавская (говядина)	Na493,14/K270,90/Ca14,95/Mg24,99	Карот0,02/В ⁰ ,06/В ² ,0,13/РР3,48/С0,08	14,29/14,88/0,22	144	75	
218	Суфле из филе куриного (запеченное)	Na829,16/K125,34/Ca30,09/Mg45,25	Карот0,02/В ⁰ ,03/В ² ,0,14/РР3,71/С1,41	1,64/5,91/2,90	71	75	
244	Запеканка морковная с творогом	Na614,87/K432,61/Ca166,9/Mg58,74	Карот7,45/В ⁰ ,20/В ² ,0,78/РР1,52/С4,22	6,78/6,61/13,54	181	100	
213	Свекла тушеная с яблоками	Na378,16/K272,51/Ca36,48/Mg18,62	Карот0,05/В ⁰ ,02/В ² ,0,04/РР0,23/С10,78	1,11/7,33/9,93	165	150	
257	Каша молочная геркулесовая с маслом	Na221,96/K140,85/Ca70,62/Mg34,38	Карот0,02/В ⁰ ,11/В ² ,0,09/РР0,26/С0,61	5,88/4,05/24,55	394	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
482	Капуста тушеная	Na403,73/K241,57/Ca62,07/Mg21,31	Карот0,25/В ⁰ ,04/В ² ,0,05/РР0,93/С52,88	1,81/2,21/8,31	91	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca3,22/Mg17,51	Карот0,01/В ⁰ ,02/В ² ,0,01/РР0,56/С0,00	6,60/8,98/56,63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В ⁰ ,22/В ² ,0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/В ₁ -0,3/В ₂ -0,34/В ₅ -1,6/В ₆ -0,5/В ₉ -0,06/В ₁₂ -0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
590	Кисель из ягод (смородина черная)	Na32,0/K350,0/Ca36,0/Mg 31,0	Карот0,10/В ⁰ ,03/В ² ,0,04/РР0,30/С200,0	0,09/0,00/12,06	97	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/В ⁰ ,00/В ² ,0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ-ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с зеленым луком и яйцом	Na130,52/K250,12/Ca111,85/Mg 11,3	Карот0,00/В ⁰ ,15/В ² ,0,08/РР1,06/С15,74	5,42/5,04/29,77	265	100	
112	Булочка с маком	Na160,7/K63,25/Ca12,66/Mg 7,32	Карот0,00/В ⁰ ,07/В ² ,0,05/РР0,64/С0,06	6,03/13,28/45,17	243	100	
110	Булочка «Дорожная»	Na261,50/K126,25/Ca20,84/Mg29,84	Карот0,00/В ⁰ ,17/В ² ,0,06/РР1,6/С0,00	7,27/15,22/62,93	417	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/В ⁰ ,05/В ² ,0,02/РР0,18/Е-0,55/В ₅ -0,15/В ₆ -0,05/В ₉ -	1,98/0,25/12,07 1,65/0,3/8,35	58/43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных 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 рецептур 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голоушева И. В (телефон для информации 41-79-37)