

10.2024

Диск №6  
автомат  
сварки

ЭТК™

10.10.2024

## Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<u>обед</u>			
50	<b>Салат из квашеной капусты</b> <i>Капуста квашеная, Лук репчатый, Сахар, Масло растительное</i>	Калорийность-44, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	8-10
10/200	<b>Суп "Русский"</b> <i>Говядина, Крупа гречневая, Картофель, Лук репчатый, Морковь, Масло растительное, Соль, Лавровый лист, Зелень</i>	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-13	24-20
50/200	<b>Рагу из птицы</b> <i>Куры грудка, Масло растительное, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Мука, Соль, Перец черный молотый</i>	Калорийность-372, Белки-18, Жиры-21, Углеводы-26	42-80
200/15	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-106, Углеводы-28	2-30
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-10	2-50
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	3-10
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-747, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-91	<b>83-00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-747, Белки-27, Жиры-30, Углеводы-91	<b>83-00</b>

Директор  
ГАПОУ ВО  
"ВЭТК"

*Анашьева Г.И.*

Анашьева Г.И.

Мастер произв.  
обуч.

Белоногова О.В.

Калькулятор

*Курицына В.С.*

Курицына В.С.

Хит №6  
автомат  
с/зо + з/д

09.10.2024

## Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<i>обед</i>			
25/200/ 5	<b>Борщ с капустой и картофелем, цыпленком и сметаной</b> <i>Свекла, Капуста, Картофель, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Масло растительное, Сахар, Лимонная кислота, Соль, Сметана, Куры бедро, Зелень</i>	Калорийность-177, Белки-7, Жиры-12, Углеводы-11	20-30
50	<b>Филе куриное запеченное с сыром</b> <i>Куры грудка, Мука, Соль, Масло растительное, Сыр, Сметана</i>	Калорийность-259, Белки-11, Жиры-22, Углеводы-4	35-30
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-209, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	4-60
20	<b>Кукуруза конс.</b>	Калорийность-71, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-15	7-80
200	<b>Напиток из плодов шиповника</b> <i>Плоды шиповника сушеные, Сахар</i>	Калорийность-137, Белки-1, Углеводы-30	8-10
35	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-12	3-00
25	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-60, Белки-2, Углеводы-12	3-90
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-976, Белки-29, Жиры-40, Углеводы-120	<b>83-00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-976, Белки-29, Жиры-40, Углеводы-120	<b>83-00</b>

Директор  
ГАПОВ В.О.

Ананьева Г.И.

Мастер произв.  
обуч.

Белоногова О.В.

Калькулятор

Курицына В.С.

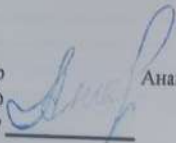
Фил. № 7  
 Авт. № 111  
 спуск СВВ

07.10.2024

## Меню

Выход (г)	Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<i>обед</i>			
25	<b>Сыр порционный</b>	Калорийность-90, Белки-6, Жиры-7	21-50
25/200/ 5	<b>Суп из овощей с цыпленком, сметаной</b> <i>Капуста, Картофель, Зеленый горошек, Морковь, Лук репчатый, Масло растительное, Соль, Куры бедро, Сметана, Лавровый лист, Зелень</i>	Калорийность-147, Белки-5, Жиры-10, Углеводы-9	20-90
60	<b>Сосиска отварная</b>	Калорийность-160, Белки-7, Жиры-14, Углеводы-1	23-20
50	<b>Соус томатный</b> <i>Масло растительное, Мука, Морковь, Лук репчатый, Томатная паста, Сахар, Соль</i>	Калорийность-48, Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4	2-70
150	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-209, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-36	4-60
200/15/ 7	<b>Чай с сахаром и лимоном</b> <i>Чай, Сахар, Лимон</i>	Калорийность-62, Углеводы-15	4-00
35	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-63, Белки-2, Углеводы-12	3-00
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	3-10
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-827, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-87	83-00
<b>Итого за</b>		Калорийность-827, Белки-28, Жиры-39, Углеводы-87	83-00

Директор  
 ГАПОВ ВО  
 "ВЭТК"



Ананьева Г.И.

Мастер произв.  
 обуч.

Белоногова О.В.

Калькулятор



Курицына В.С.

Федеральное  
авиационное  
УПВ, СВФУ

04.10.2024

# Меню

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания
<i>обед</i>			
75	<b>Салат из белокочанной капусты</b> <i>Капуста, Морковь, Салат, Лимонная кислота, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-69, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-8	5-50
25/200/ 5	<b>Рассольник ленинградский с цыпленком и сметаной</b> <i>Картофель, Крупа пшеничная, Морковь, Лук репчатый, Огурцы соленые, Масло растительное, Сметана, Курн Ведра, Соль, Зелень, Лавровый лист</i>	Калорийность-169, Белки-6, Жиры-10, Углеводы-14	21-70
60	<b>Шницель из котлетной массы</b> <i>Говядина, Свиноина, Хлеб пшеничный, Молоко, Лук репчатый, Сухари панировочные, Масло растительное, Соль, Перец черный молотый</i>	Калорийность-217, Белки-9, Жиры-15, Углеводы-11	43-90
130	<b>Макаронные изделия отварные</b> <i>Макаронные изделия, Масло растительное, Соль</i>	Калорийность-181, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-31	4-00
200/15	<b>Чай с сахаром</b> <i>Чай, Сахар</i>	Калорийность-106, Углеводы-28	2-30
30	<b>Хлеб ржаной</b>	Калорийность-54, Белки-2, Углеводы-10	2-50
20	<b>Хлеб пшеничный</b>	Калорийность-48, Белки-2, Углеводы-10	3-10
<b>Итого за обед</b>		Калорийность-844, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-112	<b>83-00</b>
<b>Итого за</b>		Калорийность-844, Белки-25, Жиры-33, Углеводы-112	<b>83-00</b>

Директор ГАПОУ ВО "ВЭТК" Анашьева Г.И.   
 Мастер произв. обуч. Беломогова О.В.   
 Калькулятор Курицына В.С.