



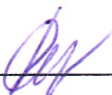
«Согласовано»
Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ
для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Понедельник. Первая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Тефтели из говядины | 100 | 15,87 | 17,37 | 11,36 | 265 |
| Рис отварной | 180 | 3,7 | 6,3 | 32,8 | 203 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,2 | | 15,0 | 61 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 24,07 | 24,97 | 86,46 | 337 |

Зав.производством



Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»
Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Вторник. Первая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Рыба тушеная с овощами | 100 | 13,36 | 9,11 | 4,64 | 153,96 |
| Картофельное пюре | 180 | 3,8 | 6,0 | 15,3 | 163 |
| Компот из сухофруктов | 200 | 0,6 | 0,1 | 31,7 | 131 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 21,33 | 15,39 | 88,64 | 585,96 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»
Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Среда. Первая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Биточки рубленые из птицы паровые | 100 | 17,32 | 9,76 | 10,95 | 202,98 |
| Макароны отварные | 180 | 6,8 | 6,2 | 34,9 | 230 |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 33,2 | 136 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 26,62 | 16,46 | 90,95 | 706,98 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ
для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Четверг. Первая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|--|-----------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------------|
| Запеканка из творога со сгущенным молоком | 200 | 32,6 | 21,1 | 44,1 | 513 |
| Кофейный напиток | 200 | 2,12 | 2,42 | 33,12 | 162,72 |
| Фрукт | 150 | 1,1 | 0,1 | 11,4 | 54 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 37,02 | 24,42 | 117,04 | 808,72 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Пятница. Первая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------|-----------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------------|
| Печень по-строгановски | 100 | 13,3 | 10,7 | 7,3 | 181 |
| Греча отварная | 180 | 7,8 | 6,8 | 48,0 | 288 |
| Компот из кураги | 200 | 1,0 | 0,1 | 30,2 | 126 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 24,07 | 24,97 | 86,46 | 337 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Понедельник. Вторая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|---------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Котлета «домашняя» | 100 | 7,5 | 15,75 | 3,75 | 186,75 |
| Макароны с сыром | 180 | 8,52 | 19,08 | 35,52 | 337,2 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,2 | | 15,0 | 61 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 18,32 | 35,23 | 63,57 | 643,95 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Вторник. Вторая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Котлета из говядины | 100 | 15,2 | 15,8 | 13,6 | 264 |
| Рагу овощное | 180 | 3,2 | 8,0 | 17,3 | 162 |
| Напиток из ягод | 200 | 0,2 | | 26,6 | 108 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 22,9 | 25,1 | 84,8 | 672 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова

«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая



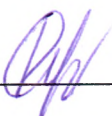
МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Среда. Вторая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|--------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Цыпленок отварной | 100 | 23,5 | 15,0 | 0,4 | 246 |
| Рис отварной | 180 | 4,93 | 8,39 | 43,69 | 270,4 |
| Напиток фруктовый | 200 | 0,2 | 0 | 22,7 | 93 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 30,63 | 23,79 | 78,69 | 747,4 |

Зав.производством



Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Четверг. Вторая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|------------------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Биточки рыбные | 100 | 14,3 | 7,5 | 8,1 | 153 |
| Картофель тушеный с овощами | 180 | 3,7 | 9,5 | 24,4 | 210 |
| Компот из изюма | 200 | 0,5 | 0,1 | 33,2 | 136 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 24,1 | 18,0 | 97,4 | 654 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова



«Согласовано»

Директор ГПОУ ЯО Ярославского
колледжа индустрии питания
О.А.Троицкая

МЕНЮ ЗАВТРАКОВ

для обучающихся ГПОУ ЯО Ярославский
колледж индустрии питания

Пятница. Вторая неделя

| Наименование блюда | Масса порции, г | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Энергетическая ценность, ккал |
|-------------------------------|-----------------|----------|---------|-------------|-------------------------------|
| Гуляш из говядины | 100 | 15,7 | 15,9 | 3,1 | 218 |
| Греча отварная | 180 | 4,28 | 5,46 | 44,7 | 244,25 |
| Компгот из сухофруктов | 200 | 0,4 | 0 | 31,8 | 131 |
| Хлеб ржаной | 25 | 2,0 | 0,4 | 11,9 | 59 |
| Хлеб пшеничный | 25 | 2,3 | 0,9 | 15,4 | 79 |
| ИТОГО: | | 24,68 | 22,66 | 106,9 | 731,25 |

Зав.производством

Ю.Н. Смирнова