Примерное десятидневное меню питания
обучающихся ГАПОУ СО "Артинский
агропромышленный техникум" на 2023 - 2024 учебный год

День первый

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование блюда | №технол.карты | Выход г. | Энергетическая ценность, ккал | Химический состав | Витамины |
| белки | жиры | углеводы |  |
| **ЗАВТРАК** |  |
| Ватрушка с картофелем |  | 100 | 250 | 6,5 | 6,9 | 39,7 | В1-018.В2-0, 10.РР-1,68. |
| Чай с сахаром | 10/10 | 200 | 35 | 0 | 0 | 9,1 | СА-0,3. |
|  |  | Итого: | 285 | 6,5 | 6,9 | 48,8 |  |
| **ОБЕД** |  |
| Борщ со сметаной | 2/2 | 250 | 100 | 2,2 | 5,4 | 12,7 | В 1-0.0.В2-0.0.С-10,8. |
| Котлета куриная | 05/09. | 80 | 211 | 14,3 | 11,7 | 11,9 | BI-0.03.B2- 0.02. С-00.. |
| Каша рисовая на молоке | 105/1 | 200 | 210/13 | 5,12 | 6,62 | 32,61 | В1-0,06.В2-0,12.C-0.30В 1-0.03.В2-0.13C-0.52. |
| Какао на молоке | 14/10 | 200 | 150 | 3,8 | 4 | 26 |
| Хлеб пшеничный | 1/13 | 60 | 216 | 7,2 | 0,96 | 43,2 |  |
|  |  | Итого: | 887,13 | 32,62 | 28,68 | 126,41 |  |

|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:Директор ООО «Артинский общепит»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.А. Вятченникова | СОГЛАСОВАНО:Директор ГАПОУ СО «Артинский агропромышленный техникум»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Д.В. Сыворотко |