

Утверждаю  
Директор «Сестрорецкого  
Технологического  
Колледжа им.С.И.Мосина»

«  » января 2023 г. Бухаров Д.В.

## МЕНЮ

### 1 – й день.

| №  | Наименование блюда                          | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|---------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат из свеклы с сыром и чесноком          | 150            | 28=26          |
| 2. | Щи из свежей капусты с говядиной и сметаной | 250/25/20      | 38=84          |
| 3. | Запеканка из говяжьей печени с рисом        | 100/50         | 39=52          |
| 4. | Греча рассыпчатая                           | 200            | 21=10          |
| 5. | Компот из чернослива                        | 200            | 12=00          |
| 6. | Хлеб, батон                                 | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Киви                                        | 135            | 18=50          |
| 8. | Сыр порционно плавленый                     | 37,5           | 24=02          |
| 9. | Печенье овсяное                             | 34             | 10=65          |
|    | <b>Итого:</b>                               |                | <b>199=20</b>  |

### 2 – й день.

| №  | Наименование блюда                              | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|-------------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат витаминный № 2/салат из свежих помидоров" | 100            | 21=79/20=07    |
| 2. | Борщ с картофелем, говядиной и сметаной         | 250/25/10      | 37=40          |
| 3. | Биточки рыбные, соус сметанный                  | 100\50         | 57=76          |
| 4. | Пюре картофельное                               | 200            | 23=29          |
| 5. | Компот из свежих груш                           | 200            | 10=29          |
| 6. | Хлеб, батон                                     | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Кекс                                            | 33             | 17=71          |
| 8. | Мандарины/нектарины                             | 145/160        | 24=64/26=37    |
|    | <b>Итого:</b>                                   |                | <b>199=20</b>  |

### 3 – й день.

| №  | Наименование блюда                                  | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|-----------------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат из квашеной капусты / салат из свежих огурцов | 100/150        | 23=26/23=04    |
| 2. | Суп из овощей с говядиной и сметаной                | 250/25/20      | 43=20          |
| 3. | Плов из птицы                                       | 100/200        | 99=23          |
| 4. | Компот из кураги                                    | 200            | 14=63          |
| 5. | Хлеб, батон                                         | 30/30          | 6=31           |
| 6. | Банан                                               | 167            | 12=56          |
|    | <b>Итого:</b>                                       |                | <b>199=19</b>  |

4 – й день.

| №  | Наименование блюда                            | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|-----------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Винегрет морской"                             | 100            | 14=57/17=12    |
| 2. | Рассольник Ленинградский с курицей и сметаной | 250/30/20      | 27=66          |
| 3. | Мясо тушеное (свинина)                        | 100/50         | 60=78          |
| 4. | Макаронны отварные                            | 200            | 18=84          |
| 5. | Компот из апельсинов                          | 200            | 11=07          |
| 6. | Хлеб, батон                                   | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Йогурт                                        | 125            | 36=94          |
| 8. | Зефир                                         | 69/62          | 23=04/20=46    |
|    | <b>Итого:</b>                                 |                | <b>199=21</b>  |

5 – й день.

| №  | Наименование блюда                   | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|--------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат картофельный с сельдью"        | 120            | 19=93/26=53    |
| 2. | Суп картофельный с фасолью и курицей | 250/30         | 20=91          |
| 3. | Голубцы ленивые                      | 300            | 110=85         |
| 4. | Компот из яблок                      | 200            | 7=70           |
| 5. | Хлеб, батон                          | 30/30          | 6=31           |
| 6. | Апельсин                             | 170            | 21=27          |
| 7. | Печенье затяжное                     | 40/18          | 12=20/5=61     |
|    | <b>Итого:</b>                        |                | <b>199=18</b>  |

6 – й день.

| №  | Наименование блюда                       | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат витаминный/огурец свежий порционно | 100/100        | 6=70/14=52     |
| 2. | Суп с макаронными изделиями и курицей    | 250/20         | 12=83          |
| 3. | Гуляш из говядины                        | 100/50         | 134=48         |
| 4. | Греча рассыпчатая                        | 200            | 21=10          |
| 5. | Компот из изюма                          | 200            | 9=95           |
| 6. | Хлеб, батон                              | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Крекер                                   | 27/0           | 7=82/0         |
|    | <b>Итого:</b>                            |                | <b>199=19</b>  |

7 – й день.

| №  | Наименование блюда                                                            | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|-------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат «Степной» из разных овощей/салат из свежих помидоров со сладким перцем" | 150/100        | 18=61/20=75    |
| 2. | Борщ с курицей и сметаной                                                     | 250/30/20      | 22=33          |
| 3. | Фрикадельки из говядины в томатном соусе                                      | 100/50         | 81=36          |
| 4. | Рис припущенный                                                               | 200            | 16=74          |
| 5. | Компот из кураги                                                              | 200            | 14=63          |
| 6. | Хлеб, батон                                                                   | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Груша/слива                                                                   | 155/135        | 29=10/23=97    |
| 8. | Печенье сдобное/вафли с начинкой                                              | 25/32          | 10=11/13=09    |
|    | <b>Итого:</b>                                                                 |                | <b>199=19</b>  |

**8 – й день.**

| №  | Наименование блюда                               | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|--------------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат картофельный с морковью и зеленым горошком | 150            | 23=58          |
| 2. | Суп картофельный с горохом и говядиной           | 250/25         | 35=29          |
| 3. | Котлета мясная                                   | 100/10         | 68=70          |
| 4. | Овощи в молочном соусе                           | 200/50         | 25=21          |
| 5. | Компот из мандаринов                             | 200            | 13=05          |
| 6. | Хлеб, батон                                      | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Банан                                            | 200            | 14=63          |
| 8. | Пастила                                          | 26             | 12=43          |
|    | <b>Итого:</b>                                    |                | <b>199=20</b>  |

**9 – й день.**

| №  | Наименование блюда             | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|--------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат из сыра, яблок и огурцов | 100            | 39=94          |
| 2. | Суп с крупой и говядиной       | 250/25         | 32=75          |
| 3. | Суфле куриное                  | 100            | 72=48          |
| 4. | Макароны отварные              | 200            | 18=84          |
| 5. | Напиток лимонный               | 200            | 3=90           |
| 6. | Хлеб, батон                    | 30/30          | 6=31           |
| 7. | Яблоко/нектарин                | 130/150        | 16=47/24=98    |
| 8. | Конфеты помадные молочные      | 24/0           | 8=51/0         |
|    | <b>Итого:</b>                  |                | <b>199=20</b>  |

**10 – й день.**

| №  | Наименование блюда                           | Выход<br>(гр.) | Цена<br>(руб.) |
|----|----------------------------------------------|----------------|----------------|
| 1. | Салат из свежих огурцов и помидоров"         | 100            | 12=22/16=69    |
| 2. | Суп с крупой и рыбой                         | 250/35         | 48=79          |
| 3. | Жаркое по-домашнему                          | 300            | 75=39          |
| 4. | Напиток витаминизированный быстрорастворимый | 200            | 15=34          |
| 5. | Хлеб, батон                                  | 30/30          | 6=31           |
| 6. | Груша/слива                                  | 140/150        | 26=68          |
| 7. | Мармелад                                     | 43/30          | 14=46/9=99     |
|    | <b>Итого:</b>                                |                | <b>199=19</b>  |

" с 01.03 - репчатый лук меняется на зеленый

Составил:

Зав. производством



Дьяконова С.М.