



Н.Н.Соловьев

"16" Марта 2026г.

МЕНЮ
по организации горячего питания в ГБПОУ ПО "ПМК"
детям из многодетных малоимущих семей с 16 марта 2026г.

Первая неделя

№.№ п/п	Наименование блюда	Выход (грамм)	Цена (руб)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<u>Понедельник</u>							
1	Биточки мясные	100	63,00	13,9	21,5	14,3	307,0
2	Греча отварная	180	29,00	10,4	7,9	51,4	306,0
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			108,00				
<u>Вторник</u>							
1	Котлета "Московская" жареная	75	47,00	11,9	16,5	17,4	264,8
2	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			99,00				
<u>Среда</u>							
1	Гуляш из свинины	100	60,00	12,9	20,2	7,3	263,0
2	Рис отварной	180	29,00	4,3	4,7	42,1	227,7
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			105,00				
<u>Четверг</u>							
1	Зразы рубленые	100	63,00	14,9	24,4	19,7	360,0
2	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	45	8,00	3,2	1,2	21,0	108,0
Итого:			114,00				
<u>Пятница</u>							
1	Сосиски отварные	60	31,00	5,9	10,6	0,5	120,5
3	Макаронны отварные	200	27,00	7,1	6,5	47,4	281,3
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			74,00				

Зав. производством

Г.К.Михайлова



Н.Н.Соловьев

16" Марта 2026г.

МЕНЮ
по организации горячего питания в ГБОУ ПО "ПМК"
детям из многодетных малоимущих семей с 16 марта 2026г.

Вторая неделя

№№ п/п	Наименование блюда	Выход (грамм)	Цена (руб)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценности
				Белки	Жиры	Углеводы	
<u>Понедельник</u>							
1	Котлета "Московская" жареная	75	47,00	11,9	16,5	17,4	264,8
2	Макароны отварные	180	24,00	6,4	5,9	42,7	253,2
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			87,00				
<u>Вторник</u>							
1	Поджарка из свинины	100	60,00	12,2	21,7	2,5	255,0
2	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			112,00				
<u>Среда</u>							
1	Плов	250	85,00	18,0	25,8	58,7	536,7
2	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
3	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			101,00				
<u>Четверг</u>							
1	Окорочка куриные	100	65,00	20,42	20,39	0,08	273,0
2	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			117,00				
<u>Пятница</u>							
1	Тефтели в соусе	100	38,00	5,9	19,0	12,90	246,7
2	Греча отварная	180	29,00	10,4	7,9	51,4	306,0
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			83,00				

Зав. производством

Г.К.Михайлова



Н.Н.Соловьев
"16" Марта 2026г.

МЕНЮ Первая неделя
по организации горячего питания в ГБПОУ ПО "ПМК"
и ГБПОУ "ПОКИ им. Н.А. Римского-Корсакова" с 16 марта 2026г.

№№ п/п	Наименование блюда	Выход (грамм)	Цена (руб)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
Понедельник							
1	Салат "Витаминный"	70	23,00	2,2	9,6	4,6	113,3
2	Биточки мясные	100	63,00	13,9	21,5	14,3	307,0
3	Греча отварная	180	29,00	10,4	7,9	51,4	306,0
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			131,00				
Вторник							
1	Салат из свеклы	70	18,00	0,9	3,4	5,5	56,0
2	Котлета "Московская" жареная	100	63,00	15,9	22,0	23,2	353,0
3	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			133,00				
Среда							
1	Винегрет овощной	70	25,00	2,7	7,1	8,7	109,3
2	Гуляш из свинины	100	60,00	12,9	20,2	7,3	263,0
3	Рис отварной	180	29,00	4,3	4,7	42,1	227,7
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			130,00				
Четверг							
1	Салат из свежей капусты	70	18,00	1,1	3,4	6,2	57,4
2	Зразы рубленые	100	63,00	14,9	24,4	19,7	360,0
3	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			133,00				
Пятница							
1	Огурцы свеж. Порция	40	21,00	0,32	0,04	1,12	6,0
2	Соиски отварные	120	62,00	11,7	21,2	0,9	241,0
3	Макаронны отварные	180	24,00	6,4	5,9	42,7	253,2
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
Итого:			123,00				

Зав. производством

Г.К.Михайлова



Н.Н.Соловьев
16" Марта 2026г.

МЕНЮ Вторая неделя
по организации горячего питания в ГБПОУ ПО "ПМК"
и ГБПОУ "ПОКИ им. Н.А. Римского-Корсакова" с 16 марта 2026г.

№№ п/п	Наименование блюда	Выход (грамм)	Цена (руб)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
<u>Понедельник</u>							
1	Винегрет овощной	70	25,00	2,7	7,1	8,7	109,3
2	Котлета "Московская" жареная	100	63,00	15,9	22,0	23,2	353,0
3	Макароны отварные	180	24,00	6,4	5,9	42,7	253,2
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
	Итого:		128,00				
<u>Вторник</u>							
1	Салат из свежей капусты	70	21,00	1,1	3,4	6,2	57,4
2	Поджарка из свинины	100	60,00	12,2	21,7	2,5	255,0
3	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
	Итого:		133,00				
<u>Среда</u>							
1	Салат "Витаминный"	70	23,00	2,2	9,6	4,6	113,3
2	Плов	250	85,00	18,0	25,8	58,7	536,7
3	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
4	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
	Итого:		124,00				
<u>Четверг</u>							
1	Салат из свеклы	70	18,00	0,9	3,4	5,5	56,0
2	Окорочка куриные	100	65,00	20,42	20,39	0,08	273,0
3	Картофель отварной	180	36,00	6,0	6,4	48,3	274,5
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
	Итого:		135,00				
<u>Пятница</u>							
1	Огурцы свеж. Порция	30	16,00	0,24	0,03	0,84	4,5
2	Тефтели в соусе	150	69,00	8,9	28,5	19,40	370,0
3	Греча отварная	180	29,00	10,4	7,9	51,4	306,0
4	Чай с сахаром	200	7,00	0,4	0,1	13,7	57,0
5	Батон	50	9,00	3,6	1,3	23,3	120,0
	Итого:		130,00				

Зав. производством

Г.К.Михайлова