

**Цикличное меню  
для ГПОУ ЯО РПК  
1 и 3 недели**


<b>МЕНЮ ПОНЕДЕЛЬНИК ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход гр./ккал</b>	<b>Цена руб.</b>
Рис отварной	160/243,2	19,91
Бефстроганов из курицы	50/50/189	48,84
Чай с сахаром	200/61,5	2,26
Хлеб	60/104	3,99
	<b>Итого:</b>	75,00

<b>МЕНЮ ВТОРНИК ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход гр./ккал</b>	<b>Цена руб.</b>
Макароны отварные	150/222,4	12,66
Котлета рубленая из курицы	75/189	50,67
Чай с лимоном	200/10/61,5	7,68
Хлеб	60/104	3,99
	<b>Итого:</b>	75,00

<b>МЕНЮ СРЕДА ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход гр./ккал</b>	<b>Цена руб.</b>
Рис отварной	162/246,2	20,1
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200/164,6	10,9
Хлеб	30/52	1,99
Тефтели из говядины с рисом(паровые)	50/30/178,6	42,01
	<b>Итого:</b>	75,00

<b>МЕНЮ ЧЕТВЕРГ ЗАВТРАК</b>		
<b>Наименование блюд</b>	<b>Выход гр./ккал</b>	<b>Цена руб.</b>
Пюре картофельное	220/174,3	28,46
Рыба тушёная в томате с овощами	60/60/145,2	31,65
Компот из смеси сухофруктов с витамином "С"	200/164,6	10,9
Хлеб	60/104	3,99
	<b>Итого:</b>	75,00

<i>МЕНЮ ПЯТНИЦА ЗАВТРАК</i>		
Наименование блюд	Выход гр./ккал	Цена руб.
Макароны отварные	160/222,4	13,88
Чай с лимоном	200/9/61,5	7,23
Хлеб	30/52	1,99
Печень по-строгановски	44/26/136,5	51,9
	<b>Итого:</b>	75,00

Руководитель  Е.В. Небаева

*Суммарный объём блюд по приёмам пищи за неделю:*

Завтрак: 2556 гр. 2876,5 ккал

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах 2004 г. под ред. В.Т.Лапшиной