

Согласовано  
 Территориальный отдел Управления Федеральной службы  
 по надзору в сфере защиты прав потребителей и  
 безопасности человека по Алтайскому краю в Михайловском,  
 Волчихинском, Ключевском и Угловском районах  
 Л.А. Швец  
**СОГЛАСОВАНО**

Утверждаю: директор КГБПОУ  
 "Волчихинский политехнический колледж"  
 А.М. Михеев

Обед														
День	Номер	Наименование	Выход	Б	Ж	У	Ккал	С, мг	А	Е	В1, мг	Р	Мg	Fe, мг
1 день		Борщ с фасолью и картофелем	250	14,8	20,4	55,3	464		0	9,8	0,35	396	137	6,8
		Макароны отварные	200	37,7	4,5	193,6	194	0,1	0	5,3	0,38	238	54	5,2
		Печень в соусе	50/50	3,19	13,3	13	144	10	5,8	0,8	0,19	227	13	4,8
		Компот	200	0,5	0	27	110	0	0	0	0,01	19	7	1,5
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Булочка "Веснушка"	100	4,7	0,6	34,2	200	0	0,03	0,7	0,06	38	7	0,6
2 день		Суп с рыбными консервами	250	36,9	28,9	64,2	167	31,6	0,12	3	0,41	663	193	5
		Каша перловая	200	30,6	44,9	209,8	279	0	0,29	4,2	0,28	1063	130	6
		Мясо отварное	100	27	19,4	0	283	0,1	0	0,062	0,812	16,4	171	26,33
		Чай с сахаром	200	4	1	33,86	6	4	0	0,2	0,2	14	14	8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Каша манная с изюмом	200				307,4							
3 день		Суп картофельный с горохом	250	9,2	17	60,5	432		0,15	0,9	0,78	263	102	3,7
		Пюре картофельное	200	2,1	4,4	10,9	292	3,4	0,03	0,1	0,09	57	19	0,7
		Котлета рыбная	100	13,9	2,1	936	113	0,4	0,02	1	0,07	160	23	0,6
		Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	1,3	0,02	0	0,04	90	14	0,1
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Ватрушка с павидлом	100	3,7	1,7	40,9	194	0,1	0,01	0,5	0,04	3,1	7	0,7

4 день		Свекольник	250	8,7	178	481	97	36,7	0,15	1	0,26	277	124	61
		Каша гречневая	200	52,3	114	229,1	431	7,1	0,32	28,3	1,27	128,7	810	27,9
		Печень в соусе	50/50	3,19	13,3	13	144	10	5,8	0,8	0,19	227	13	4,8
		Чай с сахаром	200	4	1	33,86	6	4	0	0,2	0,2	14	14	8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Пироги с картофелем	100	73,7	36,2	37,1	196	0	0,26	10,1	1,11	48	107	8,7
5 день		Суп картофельный с макаронными изделиями	250	10,3	11,1	74,2	112	24,3	0	5,7	0,33	212	79	3,3
		Плов	250	18,9	18,6	49,2	440	0,4	0,06	0,8	0,07	227	53	2,8
		Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	1,3	0,02	0	0,04	110	27	0,8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Булочка Алтайская	100	4,3	2,5	26,4	290	1	0	1,5	0,06	33	7	0,5
6 день		Борщ из свежей капусты с картофелем	250	6,6	19,4	28	95	54,3	0	9,7	0,11	182	98	4,4
		Макароны отварные	200	37,7	4,5	193,6	194	0,1	0	5,3	0,38	238	54	5,2
		Зразы из говядины с рисом паровые	100	11,7	11,1	16,2	211		0,02	0,5	0,05	128	21	1,7
		Кисель	200				122							
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Бутерброд с сыром	45	6,7	8,5	9,9	153	0,1	0,08	0,4	0,03	132	13	0,4
7 день		Суп картофельный с рыбой	250	39,4	19,3	60,6	144		0,18	1,4	0,74	185	57	6,3
		Пюре картофельное	200	2,1	4,4	10,9	292	3,4	0,03	0,1	0,09	57	19	0,7
		Печень в соусе	50/50	3,19	13,3	13	144	10	5,8	0,8	0,19	227	13	4,8
		Компот	200	0,5	0	27	110	0	0	0	0,01	19	7	1,5
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Каша боярская	200				449,6							
8 день		Суп из свежей капусты с картофелем	250	7	19,9	31,1	83	73,9	0	9,5	0,23	190	89	3,2

		Пюре гороховое с маслом	205	19,5	6	38,8	287	0	0,03	0	0,42	313	105	6,6
		Рыба с овощами	140	13,3	7,2	6,3	143	4,7	0,01	4,2	0,09	203	39	0,8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
		Чай с сахаром	200	4	1	33,86	6	4	0	0,2	0,2	14	14	8
Итого														
		Булочка Веснушка	100	4,7	0,6	34,2	200	0	0,03	0,7	0,06	38	7	0,6
9 день		Рассолник Ленинградский	250	8,2	21	65	122	30,7	0	9,4	0,36	63	27	3,7
		Рагу из птицы	250	13,8	14,4	15,9	248	10,4	0,02	3,4	0,012	139	39	1,8
		Какао с молоком	200	3,6	3,3	25	144	1,3	0,02	0	0,04	110	27	0,8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Пироги с капустой	100	73,7	36,2	37,1	196	0	0,26	10,1	1,11	48	107	8,7
10 день		Суп с рыбными консервами	250	36,9	28,9	64,2	167	31,6	0,12	3	0,41	669	193	5
		Плов	250	18,9	18,6	49,2	440	0,4	0,06	0,8	0,07	227	53	2,8
		Чай с сахаром	200	4	1	33,86	6	4	0	0,2	0,2	14	14	8
		Хлеб	120	9,5	1,2	58	282	0	0	1,56	0,192	3,72	39,6	2,4
Итого														
		Молочная каша "Дружба"	200	26,3	58,3	125,3	226,2	6,6	0,4	1	0,4	702	153	2,8