

«Утверждаю»

И. о. директора КГА ПОУ «Энергетический колледж»

Михайлов В.А. /

«20» января 2023г.



Десятидневное примерное меню рационов питания учащихся

**Первый день**

**Обед**

**выход готового блюда**

Суп куриный с лапшой	1/15/250
Тефтели мясные с соусом, картофельное пюре	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Второй день**

**Обед**

**выход готового блюда**

Борщ с курицей	1/15/250
Котлета мясная, рис отварной	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Третий день**

**Обед**

**выход готового блюда**

Суп гороховый с курицей	1/15/250
Поджарка из свинины, гречка отварная	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Четвертый день**

**Обед**

**выход готового блюда**

Суп сайровый	1/15/250
Курица с соусом, рис отварной	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Пятый день**

**Обед**

	<b>выход готового блюда</b>
Рассольник с курицей	1/15/250
Сосиски отварные, макароны	1/80/150
Чай с сахаром	1/200
Хлеб	1/60

**Шестой день**

**Обед**

	<b>выход готового блюда</b>
Суп куриный с лапшой	1/15/250
Колбаски мясные жаренные, макароны отварные	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Седьмой день**

**Обед**

	<b>выход готового блюда</b>
Борщ из свежей капусты со сметаной	1/15/250/5
Котлета из курицы, пюре картофельное	1/80/150
Чай с сахаром	1/200
Хлеб	1/60

**Восьмой день**

**Обед**

	<b>выход готового блюда</b>
Суп рисовый с курицей	1/15/250
Чахохбили из курицы, рис отварной	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Девятый день**

**Обед**

	<b>выход готового блюда</b>
Суп харчо с курицей	1/15/250
Котлета рыбная, спагетти	1/80/150
Компот из сухофруктов	1/200
Хлеб	1/60

**Десятый день**

**Обед**

**выход готового блюда**

Суп гороховый с колбасой

1/15/250

Гуляш из свинины, рис отварной

1/80/150

Чай с сахаром

1/200

Хлеб

1/60