

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель управления  
Роспотребнадзора по РСО-Алания  
А.Е. Тибилов  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ ПЛ № 4  
Б.А. Цопанова  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

# ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДВУХРАЗОВОГО РАЦИОНА ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК, ОБЕД) ОБУЧАЮЩИХСЯ ГБПОУ « ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ № 4 »























№ рецептур по сборнику блюд и кулинарных изделий для п/п обществ. питания 2016г.	Наименование блюда	Основной компонент или заменяющий продукт	Выход	Белки Г		Жиры Г		Углево ды Г	Калорийн ость
				общие	в т.ч. жив	общие	в т.ч. жив		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
<b>Двенадцатый день</b>									
<b>Завтрак</b>									
№ 42	<i>Сыр порционный</i>	<i>Сыр российский</i>	1/20	5,2	5,2	5,3	-	-	70
№ 384	<i>Каша пшеничная с маслом</i>	<i>Крупа пшено</i>	15/200	7,7	2,7	3,4	0,3	52,1	258
№ 959	<i>Какао с молоком</i>	<i>Какао, молоко</i>	20/20	3,0	2,5	3,2	0,3	22,8	126
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>Хлеб</i>	1/100	6,6	-	2,1	2,1	48,1	230
<b>Итого:</b>				<b>22,5</b>	<b>10,7</b>	<b>14</b>	<b>2,7</b>	<b>123</b>	<b>684</b>
<b>Обед</b>									
№ 708	<i>Капуста тушеная</i>	<i>Капуста б/к</i>	1/100	2,92	-	2,87	0,2	11,58	98
№ 226	<i>Суп с бобовыми</i>	<i>Горох, картофель</i>	1/250	3,11	2,0	4,24	0,6	18,61	123
№ 626	<i>Запеканка картофельная с мясом</i>	<i>Говядина, картофель</i>	1/266	26,45	15,0	27,71	0,3	55,49	574
№ 943	<i>Чай с сахаром</i>	<i>Чай с сахаром</i>	15/200	0,1	-	-	-	15	57
	<i>Хлеб пшеничный</i>	<i>Хлеб</i>	1/200	132	-	4,2	4,2	96,2	460
<b>Итого:</b>				<b>164,58</b>	<b>17,0</b>	<b>39,02</b>	<b>5,3</b>	<b>196,88</b>	<b>1312</b>
<b>Всего:</b>				<b>187,08</b>	<b>27,4</b>	<b>53,02</b>	<b>8</b>	<b>319,88</b>	<b>1996</b>

**Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий: Для предприятий общественного питания / Авт. - сост.: А.И. Здобнов, В.А. Цыганенко, М.И. Пересичный. – К. : Арий, М.: Лада, 2017. – 688 с.: ил.**

Зав. столовой

В.А. Хинчагова