



«Утверждаю»

Директор ГБПОУ «КБАДК»

М.А. Абрегов

Меню столовой

ГБПОУ «Кабардино-Балкарский автомобильно-дорожный колледж»

День первый

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	243	Сосиски говяжьи	68г	4,7	12,2	0,8	126,1
2	312	Макароны отварные	100г	0,95	3,13	8,86	80,2
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					401,775

День второй

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	536	Тефтели из говядины	75г	8,4	12,2	12,5	193,4
2	283	Каша пшеничная	100г	4,5	2,3	37,5	132
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					620,175

День третий

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	265	Котлеты из говядины	58г	4,93	6,46	7,4	107,53
2	312	Каша гречневая	100г	0,95	3,13	8,86	80,2
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					482,505

День четвертый

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	200	Куры тушеные	89г	19,76	15,28	9,28	248,8
2	282	Каша рисовая	100г	1,5	0,1	17,4	78
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					522,275

День пятый

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	200	Рыба припущенная	57г	7,6	4,08	1,9	72
2	303	Макароны отварные	100г	3,04	2,4	21,12	1290,4
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					387,875

День шестой

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	243	Рыба припущенная	68г	4,7	12,2	0,8	126,1
2	283	Макароны отварные	100г	4,5	2,3	37,5	132
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					453,375

День седьмой

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	265	Тефтели мясные	75г	4,93	6,46	7,4	107,53
2	303	Каша пшеничная	100г	3,04	2,4	21,12	1290,4
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					522,705

День восьмой

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	265	Куры тушеные	89г	19,76	15,28	9,28	248,8
2	303	Каша рисовая	100г	1,5	0,1	17,4	78
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					522,705

День девятый

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	200	Рыба припущенная	57г	7,6	4,08	1,9	72
2	303	Салат капустный	50г	0,8	0,9	2,8	21,5
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
		Итого:					288,975

День десятый

№п/п	№ рец	Наименование блюда	выход	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность (ккал)
1	265	Котлеты из говядины	58г	4,93	6,46	7,4	107,53
2	303	Каша перловая	100г	0,95	3,13	8,86	80,2
3	376	Чай	200г	0,1	-	15	60,4
4		Хлеб	50г	4,44	0,72	24,72	135,075
5		соус	50г				
		Итого:					482,505