

Директор ГБПОУ РО «АККАТТ»

«27»августа 2026г

Неделя: Первая
День I : Понедельник
Сезон ; всесезонное
Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД:					
102	Суп гороховый	300	7,3	7,0	22,5	194,33
350	Макароны отварные с маслом	200	6,35	9,56	35,6	225,4
243	Сосиска отварная	75	9,21	14,7	0,78	172,3
73	Икра кабачковая СП/консервированная	80	2,18	5,75	11,64	107,04
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
338	Фрукты свежие	75	0,3	0,3	7,35	33,3
380	Кофейный напиток	200	3,16	2,67	15,9	111,6
	Итого					1030,07

Неделя: Первая
 День2: Вторник
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
94	Рассольник с перловой крупой	300	2,6	6,78	15,98	143,0
171	Каша рассыпчатая с маслом	170	11,87	5,47	53,12	233,0
255	Печень-по Строгановски	100	13,5	11,23	3,52	185,0
73	Икра овощная сп/консервированная	80	2,18	5,75	11,64	107,04
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
349	Компот	200	0,66	-----	36,01	132,8
426	Сдоба СП	50	6,6	14,38	41,13	160,0
	Итого					1147,24

Неделя: Первая
 День3: Среда
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порци и	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
83	Борщ с картофелем и капустой/сметана	300	2,19	5,88	14,10	118,08
128	Картофель отварной /пюре картофельное	170	4,10	3,10	25,50	146,30
226	Котлеты рыбные в соусе	100	18,38	4,40	0,9	148 ,0
23/24	Салат из свежих овощей /винегрет	100	0,95	5,06	1,154	70,7
338	Или Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП	80	6,32	0,8	38,48	186,4
389	Сок фруктовый	200	1,0	---	20,38	84,8
	Итого					787,58

Неделя: Первая
 День 4: Четверг
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория : 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
98	Суп картофельный с крупой	300	3,24	3,33	17,49	108,81
244	Плов из мяса / птицы	250	27,0	14,7	47,2	437,0
45/46	Овощи свежие/соленые	100	0,54	2,12	3,47	46,80
456	Корж молочный	75	7,9	8,12	54,48	322,0
1/1	Хлеб пшеничный СП	80	6,32	0,8	38,48	186,4
377/7 6	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					1163,01

Неделя: Первая
 День 5: Пятница
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
121	Суп молочный	250	3,72	4,47	7,68	89,0
222	Запеканка из творога	170	27,8	19,2	40,2	444,80
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
344	Кисель	200	0,24	-	27,84	115,0
	Итого					868,5

Неделя: Вторая
 День I : Понедельник
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Э/цен.
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
102	Суп гороховый	300	7,3	7,0	22,5	194,33
296	Куры, запеченные в соусе	125	10,25	7,44	10,07	192,01
171	Каша рассыпчатая с маслом	170	11,87	5,47	53,12	233
23/24	Салат из свежих овощей/салат из вареных овощей	100	0,95	5,06	1,154	70,7
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
453	Печенье СП	50	3,23	3,1	34,15	186,3
377/76	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					1124,74

Неделя: Вторая
 День 2: Вторник
 Сезон : всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
115	Суп картофельный с перловой крупой	300	2,19	5,88	14,10	118,08
246	Поджарка из свинины	100	11,50	8,57	2,90	134,70
171	Картофель отварной/картофель запеченный	150	3,67	5,42	36,67	210,11
75	Овощи свежие/Овощи припущенные	50	1,006	3,78	5,76	60,82
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
344	Компот	200	0,24	-	27,84	115,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
	Итого					858,41

Неделя: Вторая
 День 3: Среда
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД:					
83	Борщ с картофелем и капустой	300	2,19	5,88	14,10	118,08
128	Пюре картофельное/ картофель отварной	200	4,10	3,10	25,50	146,30
76	сельдь соленая с луком	50	5,06	6,9	0,91	87,0
209	Яйцо отварное	1 шт	5,08	4,60	0,28	63,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
23/24	Икра овощная СП /консервированная	100	0,95	5,06	1,154	70,7
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
349	Сок фруктовый	150	0,440	0,02	31,76	126,40
	Итого					831,18

Неделя: Вторая
 День 4: Четверг
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	обед					
15	Суп картофельный с клецками	300	0,84	2,05	6,64	48,3
251	Гуляш из отварной говядины	75	12,33	3 1,67	11,00	288,33
171	Каша рассыпчатая /макаронны отварные	170	11,87	5,47	53,12	233,0
75	Капуста тушеная / салат из свежей капусты	50	1,006	3,78	5,76	60,824
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,80	38,48	186,40
376/3 77	Напиток кофейный	200	2,088	1,615	30,407	153,954
	Итого					970,80

Неделя: Вторая

День 5 : Пятница

Сезон всесезонное

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	<i>обед</i>					
289	Рагу из птицы с овощами	350	25,12	23,44	14,47	434,0
218	Вареники ленивые из творога	210	29,	17,6	24,42	422,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 с	80	6,32	0,80	38,48	186,40
376/3 77	Какао с молоком /какао	200	2,088	1,615	30,407	153,954
	Итого					1229,65

Неделя: третья

День 1: Понедельник

Сезон ; всесезонное

Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД:					
102	Суп гороховый	300	7,3	7,0	22,5	194,33
171	Каша рассыпчатая с маслом	170	11,87	5,47	53,12	233,0
296	Котлеты , рубленные из птицы, запеченные в сметанном соусе	125	10,25	7,44	10,07	192,01
23/24	Салат из свежих овощей /винегрет	100	0,95	5,06	1,154	70,7
1/1	Хлеб пшеничный СП, 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
377/7 6	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					938,44

Неделя: третья
 День2: Вторник
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
103	Суп картофельный с лапшой макаронными изделиями	250	2,68	2,58	17,45	118,24
147	Картофель запеченный/картофель отварной	200	5,48	18,03	3,94	260,0
226	Котлеты мясные рубленые запеченные в соусе молочном	100	18,38	4,40	0,9	148,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
344	Компот / сок фруктовый	200	0,24	-	27,84	115,0
	Итого					866,6

Неделя: третья
 День 3 Среда
 Сезон: всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
83	Борщ с картофелем и капустой	300	4,04	10,6	27,86	154,85
128	Картофель отварной /рис отварной	200	4,10	3,10	25,50	146,30
226	Рыба тушеная в молоке	100	18,38	4,40	0,9	148 ,0
48/49	Горошек зеленый консервированный/кукуруза консервированная	50	1,5		3	70,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
377/7 6	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					800,85

Неделя: третья
 День 4, Четверг
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
83	Суп крестьянский	300	2,19	5,88	14,10	118,08
278/2 79	Тефтели мясные с соусом	110	41,01	7,7	18,62	223,5
350	Макароны отварные с маслом	200	6,35	9,56	35,6	225,4
75	Салат из овощей	50	1,006	3,78	5,76	60,824
456	Корж молочный	75	7,9	8,12	54,48	322,0
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
349	Компот /сок	200	0,66	0,04	2,59	132,8
	Итого					1269,0

Неделя: третья
 День 5: Пятница
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
289	Рагу из птицы с овощами	350	25,12	23,44	14,47	434,0
210/21 1	Омлет натуральный, запеченный/омлет натуральный с сыром	200	14,34	23,54	2,04	278,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
377/76	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					993,7

Неделя: четвертая
 День 1: Понедельник
 Сезон: всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Э/цен.
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
102	Суп гороховый/с колбасными изделиями	300	7,3	7,0	22,5	194,33
243	Сосиска отварная	75	9,21	14,7	0,78	172,3
171	Каша рассыпчатая с маслом	170	11,87	5,47	53,12	233,0
139	Икра овощная	100	2,34	3,68	27,89	77,0
453	Печенье СП	50	3,23	3,1	34,15	186,3
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
389	Напиток кофейный	200	1	-----	20,1	42,4
	Итого					1091,73

Неделя: четвертая
 День 2 Вторник
 Сезон ; всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ реп.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
115	Суп с крупой	300	2,19	5,88	14,10	118,08
251	Поджарка из свинины	100	11,50	28,57	2,67	310,0
171/1 36	Рис припущенный /с овощами	150	3,67	5,42	36,67	210,11
75	Овощи свежие /овощи соленые	50	1,006	3,78	5,76	60,824
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП, 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
349	Компот / сок	200	7,50	7,62	10,25	137,50
	ИТОГО					1056,21

Неделя: четвертая
 День 3: Среда
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД:					
83	Борщ с картофелем и капустой	300	2,19	5,88	14,10	118,08
128	Пюре картофельное /рис отварной	200	4,10	3,10	25,50	142,5
268/2 73	Котлеты или биточки рыбные/мясные с соусом томатным	50	3,35	8,57	9,42	130,0
----	Печенье СП	40	6,5	3,5	76,0	162,80
48/49	Икра овощная СП/ икра консервированная	100	1,5		3	70,0
1/1	Хлеб пшеничный СП 1с	80	6,32	0,8	38,48	186,4
349	Компот	200	0,440	0,02	31,76	126,400
	Итого					936,18

Неделя: четвертая
 День 4; Четверг
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	обед					
115	Суп харчо	300	2,19	5,88	14,10	118,08
226	Котлеты мясные рубленые запеченные в соусе молочном	100	18,38	4,40	0,9	148 ,0
171	Макароны отварные с маслом	150	2,43	3,58	24,46	139,80
73	Салат из свежих овощей/винегрет	100	2,73	7,187	14,54	133,8
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 с	80	6,32	0,80	38,48	186,40
377/7 6	Чай с лимоном /чай с сахаром	200	0,66	0,04	15,8	62,0
	Итого					788,08

Неделя: четвертая
 День5;Пятница
 Сезон всесезонное
 Возрастная категория: 15 лет и старше

№ рец.	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
	ОБЕД					
289	Рагу из птицы с овощами	350	25,12	23,44	14,47	434,0
397/39 9	Оладьи со сметаной/джемом	170	12,34	9,18	68,72	407,0
338	Фрукты свежие	75	0,30	0,30	7,35	33,30
1/1	Хлеб пшеничный СП 1 сорт	80	6,32	0,8	38,48	186,4
380	Кисель из концентрата	200	0,3	-	15,2	59,0
420	Или Сосиска в тесте	100	9,6	13,84	26,9	271,0
	Итого					1390,7