

« Утверждаю»
Директор ГБПОУ РО «КАТТ»
имени В.Е.Теплухина
Ганнова О.А.

31 августа 2026г



Перспективное двухнедельное меню

2026 – 2027 учебный год

ст.Каргинская

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени
В.Е.Теплухина 2026-2027

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Суп картофельный с горохом .	400	18	2	28	205	138
	Котлеты рубленые из свинины	45	10	9	7	165	184,04
	Макароны отварные	200	6	7	22	170	108,01
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528
	сок натуральный фруктовый	200	1		20	84	186,01
	Салат из белокочанной капусты с кукурузой	59	1	2	4	42	26,01
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 075	46	23	140	963	
Итого за день		1 075	46	23	140	963	

								(лист 2)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 1			День: вторник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем *	400	7	7	24	188	136	
	Рагу из птицы **	318	19	2	21	177	443,01	
	Винегрет овощной,	101	1	6	4	75	31,01	
	Оладьи со сгущенкой..	156	8	9	64	367	681	
	Чай с сахаром	200			15	57	628	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04	
Итого за Обед		1 295	44	26	183	1135		
Итого за день		1 295	44	26	183	1135		

							(лист 3)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 1		День: среда		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Суп картофельный полевой	400	6	24	37	134	137
	плов из свинины	259	13	16	52	409	274
	Сухари ванильные	25	3		17	84	226
	Молоко.	200	5	6	9	104	644
	Салат из соленых огурцов с луком	87	1	6	2	61	28,01
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 091	37	54	172	1063	
Итого за день		1 091	37	54	172	1063	

Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени
В.Е.Теплухина 2026-2027

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углево ды		
Обед							
	Суп картофельный с мясными	400	6	6	15	153	135
	Котлеты рубленые из свинины	45	10	9	7	165	184,04
	Картофельное пюре	200	4	9	17	163	472
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528
	Чай с лимоном	200/7			15	59	198
	Сырники из творога со сметаной	170	22	38	15	490	276,01
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано- пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 193	52	65	128	1327	
Итого за день		1 193	52	65	128	1327	

								(лист 5)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ"имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 1			День: пятница		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед								
	Суп картофельный с фасолью*	400	15	5	24	206	280	
	сосиска отварная*	100	11	24	2	266	38,01	
	Картофельное пюре	200	4	9	17	163	472	
	Яйцо отварное	37	5	5		63	6	
	Ряженка	200	6	5	8	108	191	
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04	
Итого за Обед		1 108	51	51	110	1103		
Итого за день		1 108	51	51	110	1103		

							(лист 6)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 1		День: суббота		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Россольник ленинградский	400	7	7	27	175	129
	гуляш из свинины	126	12	14	4	187	284
	Свекла тушеная	55	1	3	4	46	484
	Каша гречневая вязкая	200	7	2	34	182	464
	Печенье	25	2		12	60	332
	Компот из сухофруктов	200	1		30	116	588
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 126	39	28	166	1037	
Итого за день		1 126	39	28	166	1037	

							(лист 7)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 1			День: воскресенье	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Суп картофельный с рисом	400	7	7	27	175	153
	Каша ячневая вязкая 1	200	7	3	32	184	464
	рыба жареная*	75		5		45	310
	капуста тушеная *	200	4	4	11	94	482
	Напиток кофейный	200	4	4	20	121	
	Вафли Артек.	25	4		24	119	332,04
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 220	35	25	169	1009	
Итого за день		1 220	35	25	169	1009	

								(лист 8)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ"имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2			День: понедельник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем *	400	7	7	24	188	136	
	плов из свинины	259	13	16	52	409	274	
	Винегрет овощной,	100	1	6	4	74	31,01	
	Кисель из сухофруктов	200			29	116	221	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04	
Итого за Обед		1 079	30	31	164	1058		
Итого за день		1 079	30	31	164	1058		

							(лист 9)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2		День: вторник		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	суп картофельный с макаронными	400	8	4	38	200	135
	Куры отварные	75	15	7	6	74	439
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528
	Картофельное пюре	200	4	9	17	163	472
	капуста тушеная *	200	4	4	11	94	482
	Напиток кофейный	200	4	4	20	121	
	Оладьи со сгущенкой..	156	8	9	64	367	681
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 402	53	40	215	1316	
Итого за день		1 402	53	40	215	1316	

							(лист 10)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2			День: среда	
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Суп картофельный с горохом .	400	18	2	28	205	138
	Котлеты рубленные из свинины	45	10	9	7	165	184,04
	Рис отварной	194	24	85	222	1776	231
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528
	Икра кабачковая 1	50	1	3	4	47	110
	Какао с молоком	200	1	1	1	118	205,02
	Сухари ванильные ...	25	3		17	84	229
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
Итого за Обед		1 085	67	103	338	2692	
Итого за день		1 085	67	103	338	2692	

Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени
В.Е.Теплухина 2026-2027

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энерге- тически я ценнос	№ рецепту ры
			Белки	Жиры	Углево ды		
Обед							
	Щи с картофелем и капустой	400	6	7	17	149	120
	рыба жареная*	75		5		45	310
	Каша ячневая вязкая 1	200	7	3	32	184	464
	горошек зеленый консервированный	50	2		3	20	
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528
	Компот из сухофруктов	200	1		30	116	588
	Сырники из творога со сметаной	170	22	38	15	490	276,01
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано- пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 266	48	56	156	1301	
Итого за день		1 266	48	56	156	1301	

							(лист 12)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2		День: пятница		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	Суп картофельный с перловкой	400	7	4	32	190	153
	Рагу из птицы **	318	19	2	21	177	443,01
	Бутерброд с маслом	45	2	8	10	122	
	Капуста квашеная с луком	98	2	3	3	44	271,01
	Чай с лимоном	200/7			15	59	198
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 188	39	19	136	863	
Итого за день		1 188	39	19	136	863	

								(лист 13)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2			День: суббота		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Обед								
	Суп картофельный с рисом	400	7	7	27	175	153	
	сосиска отварная*	100	11	24	2	266	38,01	
	Макароны отварные	200	6	7	22	170	108,01	
	Свекла тушеная	55	1	3	4	46	484	
	Соус красный основной томатный	51	1	1	4	26	528	
	сок натуральный фруктовый	200	1		20	84	186,01	
	Вафли Артек.	25	4		24	119	332,04	
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03	
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04	
Итого за Обед		1 151	40	44	158	1157		
Итого за день		1 151	40	44	158	1157		

							(лист 14)
Рацион: ГБПОУ РО "КАТТ" имени В.Е.Теплухина 2026-2027			Неделя: 2		День: воскресенье		
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Обед							
	суп картофельный	400	7	3	4	203	287
	плов из птицы*	300	31	22	41	478	449,01
	Салат из соленых огурцов с луком	87	1	6	2	61	28,01
	Чай с сахаром	200			15	57	628
	Печенье	25	2		12	60	332
	Хлеб пшеничный	70	6	1	35	168	299,03
	Хлеб ржано-пшеничный	50	3	1	20	103	299,04
Итого за Обед		1 132	50	33	129	1130	
Итого за день		1 132	50	33	129	1130	

Итого за период	16 411	631	598	2364	17154	
Среднее значение за период		45,1	42,7	168,9	1225,3	

Зав.производством

Бирюлина В.С.

Бухгалтер

Кочетова Л.В.