



Утверждаю директор: М.Н. Староверова
01 сентября 2025-2026г.



ПОНЕДЕЛЬНИК

Наименование	№ технологич еской карты	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Биточки манные	147	200	7	12	27
Яйцо отварное	462	40	10	12	2
Какао с молоком	242	200	5	6	18
Хлеб пшеничный		30	3		19
ОБЕД					
Огурец свежий	38	100	1		2
Суп картофельный с сайрой	34	25/250	6	9	19
Шницель из говядины	241	120	24	10	12
Сложный гарнир	125	200	5	7	37
Компот из груш	255	200	5	7	37
Хлеб ржаной, пшеничный		60	3		19
ПОЛДНИК					
Апельсин		200	2		16
Зефир		70	1		55
Чай с сахаром	268	200			9
УЖИН					
Гречка рассыпчатая	219	200/230	5,54	8,54	30,3
Котлета рыбная	161	75/5	8,3	10,1	8,4
Сок вишневый	153	200/7			14,3
Хлеб пшеничный		90	5,2	1,1	46
ПАУЖИН					
Пирожок с картофелем	129	75	8	11	21
Сок яблочный		200	1		19

Зав. производством

Воропаева М.А.

Бухгалтер

Чупрова Ю.А.

Чупрова Ю.А.



ПРОФЕССИОНАЛИТЕТ
туризм
и сфера услуг

Утверждаю директор М.Н. Староверова
01 Сентября 2025-2026г.



ВТОРНИК

Наименование	№ технологич еской карты	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Сыр	443	15	2	4	8
Каша молочная рисовая	153	250	7	12	29
Сырники творожные	425	100/20	13	5	22
Кофе	268	200			9
ОБЕД					
Икра морковная	311	150	2	10	12
Суп вермишелевый	24	25/250	6	7	25
Тефтели из говядины с рисом	238	120	16	10	14
Каша пшенная рассыпчатая	135	200	5	1	34
Компот из яблок	254	200			11
Хлеб ржаной, пшеничный		60	3		19
ПОЛДНИК					
Мармелад		100			76
Банан		200			45
Чай с молоком		268	200		9
УЖИН					
Йогурт		100	3	4	13
Кисель	118	200			18,1
Хлеб пшеничный		90	5,2	1,1	46
Печенье		25	24	2,4	17
ПАУЖИН					
Пирожок с капустой	130	75	7	10	19
Сок вишневый		200			14,3

Зав. производством

Воропаева М.А.

Бухгалтер

Чупрова Ю.А.



Утверждаю директор: *М.Н. Староверова*
01 Сентября 2025-2026г.

СРЕДА

Наименование	№ технологической	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Овощи свежие	320	100	1		3
Запеканка творожная	62	200	6	7	9
Хлеб пшеничный		60	8		40
Чай зеленый	268	200			9
ОБЕД					
Салат из свеклы с сыром	333	100	4	10	9
Суп из овощей	34	250	2	6	12
Плов с говядиной	229	100/210	23	12	55
Напиток из шиповника	263	200	3		19
Хлеб ржаной , пшеничный		60	3		19
ПОЛДНИК					
Йогурт		200	6	5	24
Булочка дорожная	89	75	6	7	39
Сок гранатовый	253	200	1		23
УЖИН					
Сосиска отварная	235	100/5	11	24	
Капуста тушеная	62	200	6	7	9
Хлеб		100	5,2	1,1	46
Кефир		200			14,3
Груша		200	0,2		12
ПАУЗИН					
Пирожок с яйцом и луком	146	75	10	13	22
Сок		200	1		19

Зав. производством

Воропаева М.А.

Бухгалтер

Чупрова Ю.А.



Утверждаю директор М.Н. Староверова
01 Сентября 2025-2026г.



ЧЕТВЕРГ

Наименование	№ технологич еской	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Каша молочная ячневая	154	250	8	14	28
Оладьи с яблоками	200	150	9	17	51
Хлеб с маслом		30/15	7,7	8,4	44,4
Кофейный напиток	259	200	5	5	18
ОБЕД					
Салат из рубленых яиц	332	100	10	18	2
Рассольник ленинградский	13	250/10	3	5	22
Бефстроганов	204	100/50	37	14	11
Картофельное пюре	134	180	4	6	28
Компот из ягод	253	200			8
ПОЛДНИК					
Мандарины	434	100	1		9
Пряники	161	75	5	3	82
Кефир		200			14,3
УЖИН					
Макароны с маслом и сыром	76	200/230	7,9	10,5	42,8
Омлет с овощами	12-д	80/100	6,7	8,8	2,5
Лимонный напиток	118	200			18,1
Хлеб		100	5,2	1,1	46
ПАУЗИН					
Пирожок с рыб консервами	123	75	12	15	25
Сок		200	1		19

Зав.производством

Воропаева М.А.

Бухгалтер

Чупрова Ю.А.



Утверждаю директор: М.Н. Староверова
01 Сентября 2025-2026г.



ПЯТНИЦА

Наименование	№ технологич еской карты	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Блинчики фаршированные с мясом	71	200	10	9	45
Какао с молоком	117	200	1,8	2	17
Хлеб с маслом		100/10	7,7	8,4	44,4
ОБЕД					
Салат из морской капусты	327	100	2	5	13
Суп картофельный с мясными фрикадельками	27	37/250	7	6	23
Азу с говядиной	203	100/210	21	7	28
Сок персиковый		200	1		23
Хлеб ржаной, пшеничный		60	3		19
ПОЛДНИК					
Ряженка	243	200	6	12	8
Мармелад	159	100			76
Булочка с джемом	93	100	7	6	56
УЖИН					
Картофель отварной	56	200/230	3,38	7,2	30,6
Рыба тушеная с овощами	88	80/100	10,3	12,8	1,5
Чай зеленый с сахаром	122	200			14,3
Конфета		15			13
Хлеб		100	5,2	1,1	46
ПАУЗИН					
Пирожок с картофелем	129	75	8	11	21
Сок		200	1		19

Зав. производством

Воропаева М.А.

Бухгалтер

Чупрова Ю.А.



Утверждаю директор: М.Н. Староверова
01 Сентября 2025-2026г.



СУББОТА

Наименование	№ технологич еской карты	масса порции	Пищевая ценность		
			белки	жиры	углеводы
ЗАВТРАК					
Биточки манные	147	200	7	12	27
Яицо отварное	462	40	10	12	2
Какао с молоком	242	200	5	6	18
Хлеб пшеничный		30	3		19
ОБЕД					
Огурец свежий	38	100	1		2
Суп картофельный с сайрой	34	25/250	6	9	19
Шницель из говядины	241	120	24	10	12
Сложный гарнир	125	200	5	7	37
Компот из груш	255	200	5	7	37
Хлеб ржаной, пшеничный		60	3		19
ПОЛДНИК					
Апельсин		200	2		16
Зефир		70	1		55
Чай с сахаром	268	200			9
УЖИН					
Гречка рассыпчатая	219	200/230	5,54	8,54	30,3
Котлета рыбная	161	75/5	8,3	10,1	8,4
Сок вишневый	153	200/7			14,3
Хлеб пшеничный		90	5,2	1,1	46
ПАУЖИН					
Ттирожок с капустой	130	75	7	10	19
Сок вишневый		200			14,3

Зав. производством

Бухгалтер

Воропаева М.А.

Чупрова Ю.А.