

Столовая Алатырского технологического колледжа Минобразования Чувашии



УТВЕРЖДАЮ

Директор Алатырского технологического
колледжа Минобразования Чувашии
И.Н. Аладьева

МЕНЮ

на 8 октября 2026 г.

Наименование блюд	Цена, руб	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Завтрак						
Бутерброд с сыром (Российским)	18,76	35	4,7	7,9	7,3	123
Оладьи с джемом	8,84	83	6,1	5,8	38	232
Чай с сахаром	1,86	200/15	0,2	0	15	58
Йогурт	37	100	2,8	2,5	13,8	89
Итого	66,46		13,8	16,2	74,1	502
Обед						
Салат из квашеной капусты	17,99	80	1,3	5	8	84
Суп картофельный с вермишелью с мясом	20,76	250/12,5	6,8	3,2	21	143
Голубцы с мясом и рисом с соусом сметанным	38,12	108/50	12	10,6	9,7	187,5
Картофельное пюре с маслом сливочным	19,48	200	4,2	9	29,2	218
Кисель из концентрата	4,81	200	0	0	30,6	118
Хлеб пшеничный	2,27	20	2,2	0,4	8,35	42,85
Хлеб ржаной	2,28	68	2,2	0,4	14	70
Итого	105,71		28,7	28,6	120,85	863,35
Всего			42,5	44,8	194,95	1365,35

Повар

Данилушкина М.В.

Бухгалтер

Ягина Т.В.

Столовая Алатырского технологического колледжа Минобразования Чувашии

МЕНЮ

на 8 октября 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор Алатырского технологического колледжа Минобразования Чувашии

И.Н. Аладьева

Наименование блюд	Цена, руб	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Салаты						
Салат из свеклы с майонезом	8-80	85	1,4	2,55	7,1	57
Салат из квашеной капусты	24-50	100	1,3	5	8	84
Яйцо под майонезом с гарниром	24-50	105	3,67	23,34	4,72	242,4
Первые блюда						
Борщ из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	36-50	250/12,5/10	6,2	7,9	13,4	150
Суп картофельный с вермишелью с мясом	28-50	250/12,5	6,8	3,2	21	143
Вторые блюда						
Голубцы с мясом и рисом с соусом сметанным	54-00	108/50	12	10,6	9,7	187,5
Гуляш из говядины	78-90	50/50	13,9	6,5	4	132
Котлета из говядины с соусом	40-30	50/30	8,7	8,6	10,5	157
Птица, тушеная в соусе	43-30	125	15,9	12,75	2,3	73
Гарниры						
Картофельное пюре с маслом сливочным	24-40	200	4,2	9	29,2	218
Каша гречневая с маслом сливочным	14-10	150	8,7	7,8	42,6	279
Рис отварной	15-20	150	3,75	6,15	38,55	228
Рожки отварные	11-20	150	5,3	6,2	35,3	221
Напитки						
Компот из сухофруктов	7-10	200	0,6	0	31,4	124
Чай с сахаром	2-50	200/15	0,2	0	15	58
Хлеб и хлебобулочные изделия						
Хлеб Дарницкий	2-70	1 кус. - 34 гр	2,2	0,4	14	70
Хлеб пшеничный	2-70	20	2,2	0,4	8,35	42,85

Повар

Данилушкина М.В.

Бухгалтер

Ягина Т.В.



УТВЕРЖДАЮ

Директор Алатырского технологического колледжа Минобразования Чувашии

И.Н. Аладьева

МЕНЮ

на 8 октября 2026 г.

Наименование блюд	Цена, руб	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Калорийность, ккал
Салаты						
Салат из моркови с сахаром со сметаной	11-80	100	1,5	4	11	86
Салат Несвижский	23-30	100	6,8	22,82	11	286
Первые блюда						
Суп картофельный с вермишелью с мясом	28-50	250/12,5	6,8	3,2	21	143
Вторые блюда						
Гуляш из говядины	78-90	50/50	13,9	6,5	4	132
Котлета из говядины с соусом	40-30	50/30	8,7	8,6	10,5	157
Печень жареная с луком	43-40	50/10	13,3	10,8	5,3	173
Рыба, тушеная в томате с овощами	47-20	150	15,9	8,1	8,4	168
Гарниры						
Картофельное пюре с маслом сливочным	24-40	200	4,2	9	29,2	218
Каша гречневая с маслом сливочным	14-10	150	8,7	7,8	42,6	279
Рожки отварные	11-20	150	5,3	6,2	35,3	221
Напитки						
Компот из сухофруктов	7-10	200	0,6	0	31,4	124
Чай с сахаром	2-50	200/15	0,2	0	15	58
Хлеб и хлебобулочные изделия						
Хлеб Дарницкий	2-70	1 кус. - 34 гр	2,2	0,4	14	70

Повар

Трушина М.В.

Бухгалтер

Ягина Т.В.