

1 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голощева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
26	Салат «Осенний» (капуста, перец, морковь, томат, масло растительное)	Na16,87/K146,96/ Ca 9,47/Mg 9,17	Карот0,41/B ¹ 0.02/B ² 0.01/PP0,22/C 10,93	1,43/5,27/5,4 6	75	100	
37	Салат «Студенческий» (картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо, масло растительное)	Na25,92/K179,39/ Ca 18,94/Mg 14,21	Карот1,15/B ¹ 0.05/B ² 0.06/PP0,51/C 8,42	3,78/11, 74/11,0 9	165	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
233	Суп лапша домашняя с курой	Na106,37/K58,8/ Ca 11,85/Mg 10,30	Карот0,01/B ¹ 0.05/B ² 0.04/PP0,44/C 1,0	3,79/8,7 1/19,94	467	250	
162	Суп молочный с крупой пшено	Na161,44/K225,09/ Ca 156,61/Mg 34,16	Карот0,02/B ¹ 0.13/B ² 0.19/PP0,43/C 1,62	3,93/4,1 4/14,78	280	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редъкина Н.Н.							
234	Суфле из отварной рыбы паровое	Na327,04/K391,09/ Ca73,63/Mg 36,23	Карот0,02/B ¹ 0.12/B ² 0.28/PP2,27/C1,30	11,99/6,33/3, 47	131	105/5	
418	Зразы рубленные (говядина)	Na377,83/K204,04/ Ca26,28/Mg21,46	Карот0,14/B ¹ 0.06/B ² 0.10/PP1,93/C5,60	8,87/13/16/7, 02	127	70	
416	Котлета рубленная (говядина)	Na285,34/K140,18/ Ca9,06/Mg 15,06	Карот0,01/B ¹ 0.04/B ² 0.07/PP1,80/C0,00	12,16/1 7,7/8,08	180	75	
296	Пудинг из творога со сгущенным молоком	Na230,48/K683,23/ Ca24,16/Mg 30,51	Карот0,50/B ¹ 0.15/B ² 0.10/PP1,60/C23,76	12,52/8, 82/13,0	181	100/20	
257	Каша молочная ячневая с маслом сливочным	Na360,67/K253,33/ Ca66,94/Mg 25,94	Карот0,07/B ¹ 0.05/B ² 0.09/PP0,34/C0,57	1,89/2,1 6/4,54	168	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
472	Пюре картофельное с маслом сливочным	K509,68/Ca46,33/ Mg22,99	Карот0,03/B ¹ 0.10/B ² 0.08/PP1,12/C17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca 3,22/Mg17,51	Карот0,01/B ¹ 0.02/B ² 0.01/PP0,56/C0,00	6,60/8,98/56, 63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/ Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0.22/B ² 0.17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca 4,8/Mg0,4/ Na2,2/Zn0,02/Se0. 2	A-0,4/D-2/E-4/C- 12/B ₁ -0,3/B ₂ - 0,34/B ₅ -1,6/B ₆ - 0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ - 0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
427	Напиток из брусники	Na3,12/K30,11/Ca 3,74/Mg 2,0	Карот0,00/B ¹ 0.00/B ² 0.01/PP0,03/C3,75	0,07/0,00/5,8 9	48	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca 8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0.00/B ² 0.01/PP0,08/C2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с капустой и яйцом	Na297,10/K133,08/ Ca33,13/Mg13,55	Карот0,03/B ¹ 0.08/B ² 0.08/PP0,90/C16,65	5,55/6,5 2/30,12	201	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/ Ca66,68/Mg9,90	Карот0,00/B ¹ 0.07/B ² 0.05/PP0,55/C0,14	11,79/7, 81/36,7 1	158	100	
687	Листик с курагой	Na30,29/K120,38/ Ca21,08/Mg1,87	Карот0,09/B ¹ 0.04/B ² 0.04/PP0,61/C0,40	2,53/9,0 4/21,38	181	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn- 0,31/Na152,5/B5,7 5/P39,5/K61,25/M g18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0.05/B ² 0.02/PP0,18/E-0,55/ B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12. 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г. Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голощева И. В (телефон для информации 41-79-37).

2 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
66	Салат из тертой моркови с яблоками (морковь, яблоко, масло растительное)	Na12,80/K129,5/Ca19,3/Mg13,65	Карот2,70/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,37/C5,61	0,82/8,37/8,2 1	111	100	
60	Винегрет овощной (картофель, капуста, свекла, морковь, масло растительное)	Na14,41/K153,48/Ca14,70/Mg11,08	Карот0,60/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,28/C5,61	1,65/9,82/7,8 4	126	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/Ca53,30/Mg26,13	Карот0,61/B ¹ 0,12/B ² 0./PP0,56/C16,21	5,79/5,56/21, 92	283	250	
162	Суп молочный с гречневой крупой	Na179,01/K207,56/Ca126,85/Mg38,1	Карот0,00/B ¹ 0,02/B ² 0,18/PP0,29/C1,21	4,01/4,1 0/14,61	278	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина Н.Н.							
114	Рыба, запеченная в омлете (горбуша)	Na260,48/K294,01/Ca31,10/Mg28,53	Карот1,68/B ¹ 0,09/B ² 0,11/PP1,68/C4,71	16,38/1 0,77/2,8 9	174	100	
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/K409,59/Ca16,31/Mg28,87	Карот0,57/B ¹ 0,12/B ² 0,01/PP0,37/C7,70	16,15/1 3,66/2,8 7	199	50/50	
636	Голубцы с мясом и рисом (говядина)	Na431,28/K291,79/Ca53,7/Mg27,82	Карот0,03/B ¹ 0,06/B ² 0,11/PP2,37/C30,18	7,07/7,2 1/7,84	394	216/50	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/B ¹ 0,03/B ² 0,06/PP1,68/C0,00	12,04/9,65/4, 37	144	75	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg16,5	Карот1,68/B ¹ 0,09/B ² 0,08/PP1,40/C5,35	2,62/5,6 0/10,24	122	100	
257	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	Na219,49/K119,33/Ca64,56/Mg26,61	Карот0,02/B ¹ 0,11/B ² 0,08/PP0,42/C0,60	5,83/3,03/27, 26	400	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
414	Макаронные изделия отварные с маслом	K61,40/Ca27,30/Mg16,39	Карот0,01/B ¹ 0,08/B ² 0,03/PP0,74/C0,00	6,39/12,5/44, 14	472	150	
468	Горошница	Na230,48/K683,23/Ca24,16/Mg30,51	Карот0,50/B ¹ 0,15/B ² 0,10/PP1,6/C23,76	20,42/6,39/47 ,29	328	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/B ¹ 0,02/B ² 0,05/PP0,75/C1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0/05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с рисом и яйцом	Na297,10/K133,08/Ca33,13/Mg13,55	Карот0,03/B ¹ 0,08/B ² 0,08/PP0,90/C16,65	5,43/6,04/29, 99	196	100	
	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/K202,23/Ca28,95/Mg1,89	Карот0,06/B ¹ 0,07/B ² 0,10/PP0,40/C0,00	4,72/17,89/39 ,46	338	100	
	Булочка сдобная с помадкой	Na256,81/K111,33/Ca29,19/Mg13,04	Карот0,00/B ¹ 0,12/B ² 0,09/PP0,99/C0,09	7,33/9,87/57, 33	347	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12, 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37).

3 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
20	Салат из свежей капусты с гранатом	Na242,02/K119,41/Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/В¹0,01/В² 0,02/РР0,35/С16,42	1,50/4,52/1 0,08	87	100	
72	Салат картофельный с растительным маслом	Na244,05/K185,87/Ca12,05/Mg1,01	Карот0,08/В¹0,04/В² 0,02/РР0,42/С7,43	2,46/8,63/1 1,05	132	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
167	Суп-пюре из разных овощей с гренками	Na130,62/K290,82/Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/В¹0,07/В² 0,10/РР0,79/С16,23	2,33/4,36/12, 11	282	250/10	
162	Суп молочный с рисовой крупой	Na161,24/K197,89/Ca152,41/Mg25,0	Карот0,02/В¹0,06/В² 0,19/РР0,36/С1,62	3,16/4,08/1 2,23	246	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина Н.Н.							
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,1/Ca155,13/Mg134,6	Карот1,68/В¹0,14/В² 0,09/РР1,07/С5,01	13,35/8,35/ 4,41	175	60/60	
408	Печень (говядина), тушеная в соусе	Na462,28/K216,97/Ca77,17/Mg15,19	Карот0,96/В¹0,22/В² 1,56/РР6,48/С24,01	9,50/5,40/1,8 7	94	50/50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В¹0,03/В² 0,06/РР1,68/С0,00	13,38/11,12/8 .42	119	75	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/K174,73/Ca38,38/Mg18,12	Карот0,03/В¹0,13/В² 0,19/РР1,37/С2,65	12,79/9,59/ 5,52	226	142	
294	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Na293,82/K237,10/Ca254,18/Mg35,1	Карот0,05/В¹0,07/В² 0,39/РР0,59/С0,77	13,92/10,0 9/11,24	209	75/20	
284	Омлет натуральный с маслом сливочным	Na177,58/K78,67/Ca41,7/Mg6,98	Карот0,02/В¹0,03/В² 0,20/РР0,09/С0,19	8,83/18,06/1, 65	225	105/5	
257	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	Na221,21/K90,24/Ca64,89/Mg14,72	Карот0,02/В¹0,03/В² 0,08/РР0,29/С0,66	4,42/8,95/26, 34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
255	Греча рассыпчатая с маслом	Na149,18/K176,09/Ca11,49/Mg92,5	Карот0,01/В¹0,19/В² 0,09/РР1,93/С0,00	11,55/7,92/62 .19	366	150	
471	Картофель в молоке	K8,22/Ca35,44/Mg22,99	Карот0,03/В¹0,10/В² 0,08/РР1,12/С17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В¹0,22/В² 0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/ Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C- 12/B ₁ -0,3/B ₂ - 0,34/B ₅ -1,6/B ₆ - 0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ - 0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
427	Напиток из клюквы	Na3,12/K30,11/Ca3,74/Mg2,0	Карот0,00/В¹0,00/В² 0,01/РР0,03/С3,75	0,05/0,00/5 .49	44	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/В¹0,00/В² 0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В¹0,06/В² 0,05/РР0,53/С0,11	13,76/6,51/ 25,59	151	100	
687	Листики печенные с яблоком	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В¹0,06/В² 0,05/РР0,53/С0,11	4,59/2,89/41, 08	209	100	
511	Песочник с изюмом	Na112,65/K140,6/Ca20,60/Mg1,419	Карот0,00/В¹0,08/В² 0,05/РР0,74/С0,0	7,30/14,35/ 44,67	337	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,00/В¹0,05/В² 0,02/РР0,18/E-0,55/ B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉ -	1,98/0,25/12, 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01. Нормативный документ - сборник рецепту 1968, 1973, 1996, 1997, 2013г.

Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37).

4 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
64д	Салат из свеклы с растительным маслом	Na280,76/K162,48/Ca23,07/Mg12,54	Карот0,00/B ¹ 0,01/B ² 0,02/PP0,11/C5,64	1,57/7,989,81	117	100	
17	Салат «Восторг» (капуста, морковь, лук, яблоко, чеснок, масло растительное)	Na12,76/K128,14/Ca23,84/Mg1,085	Карот0,82/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,38/C16,32	1,44/4,51/11,92	94	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
131	Суп картофельный	Na123,6/K505,37/Ca43,84/Mg40,3	Карот1,07/B ¹ 0,23/B ² 0,08/PP1,23/C15,25	1,89/2,18/17,12	285	250	
161	Суп молочный с макаронными изделиями	Na181,2/K171,89/Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/B ¹ 0,07/B ² 0,09/PP0,36/C1,68	3,54/4,12/11,62	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
324	Котлета рыбная (горбуша)	Na491,16/K150,13/Ca30,33/Mg17,04	Карот0,75/B ¹ 0,22/B ² 1,57/PP6,5/C24,45	1,70/6,05/8,74	73	75	
178	Оладьи из печени по-купечески	Na450,32/K166,61/Ca60,630/Mg13,6	Карот1,02/B ¹ 0,16/B ² 1,06/PP4,34/C15,48	13,19/9,65/10,08	180	100	
218	Суфле из филе куриного (запеченное)	Na829,16/K125,34/Ca30,09/Mg45,25	Карот0,02/B ¹ 0,03/B ² 0,14/PP3,71/C1,41	1,64/5,91/2,90	71	75	
423	Тефтели с рисом и соусом (говядина)	Na263,76/K460,92/Ca68,41/Mg39,47	Карот0,05/B ¹ 0,04/B ² 0,07/PP1,75/C1,80	10,25/14,11/13,55	378	115/50	
212	Свекла тушеная	Na3,78/K272,51/Ca36,48/Mg18,62	Карот0,05/B ¹ 0,02/B ² 0,04/PP0,23/C10,78	1,79/4,16/9,53	124	150	
351	Картофельная ватрушка с фаршем мясным (говядина)	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,05	Карот1,68/B ¹ 0,09/B ² 0,08/PP1,40/C5,35	5,68/7,99/12,92	186	100	
257	Каша молочная геркулесовая с маслом	Na221,96/K140,85/Ca70,62/Mg34,38	Карот0,02/B ¹ 0,11/B ² 0,09/PP0,26/C0,61	5,88/4,05/24,55	394	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
487	Рагу овощное	Na417,66/K165,65/Ca60,54/Mg29,58	Карот0,05/B ¹ 0,01/B ² 0,07/PP0,78/C5,46	1,88/6,93/14,5	192	150	
440	Капуста цветная отварная с маслом	Na205,02/K234,31/Ca31,35/Mg19,03	Карот0,04/B ¹ 0,11/B ² 0,11/PP0,66/C77,84	2,41/3,53/4,71	63	100/5	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
590	Кисель из ягод (черная смородина)	Na32,0/K350,0/Ca36,0/Mg31,0	Карот0,10/B ¹ 0,03/B ² 0,04/PP0,30/C200,0	0,09/0,00/12,06	97	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печеные с зеленым луком и яйцом	Na130,52/K250,12/Ca11,85/Mg11,3	Карот0,00/B ¹ 0,15/B ² 0,08/PP1,06/C15,74	5,42/5,04/29,77	265	100	
112	Булочка с маком	Na160,7/K63,25/Ca12,66/Mg7,32	Карот0,00/B ¹ 0,07/B ² 0,05/PP0,64/C0,06	6,03/13,28/45,17	243	100	
687	Гребешок с черносливом	Na173,52/K101,37/Ca5,76/Mg9,81	Карот0,06/B ¹ 0,07/B ² 0,06/PP0,72/C0,55	4,90/5,18/49,02	247	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉ -	1,98/0,25/12,07 1,65/0,3/8,35	58/43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.1079-01 Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37).

5 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голонешева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.Л.							
38	Салат «ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ» (томаты свежие, огурцы свежие, капуста, масло растительное)	Na242,69/K112,68/Ca19,25/Mg 9,50	Карот0,19/B ¹ 0,02/B ¹ 0,02/P0,27/C 15,22	4,76/9,3/3,12	151	100	
17	Салат «Бурячок» (свекла, зеленый горошек, яблоки, лук репчатый, масло растительное)	Na32,32/K127,94/Ca15,77/Mg10,56	Карот0,05/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,19/C6,24	2,14/8,11/10,39	123	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
129	Рассольник ленинградский	Na27,5/K499,45/Ca25,95/Mg26,97	Карот0,98/B ¹ 0,11/B ² 0,07/PP1,21/C17,26	1,77/4,62/9,78	260	250	
108	Суп лапша домашняя с курой	Na106,37/K58,8/Ca 11,85/Mg 10,30	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,04/PP0,44/C 1,0	3,79/8,71/1,94	467	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
232	Рыба припущенная (горбуша)	Na197,90/K217,03/Ca41,74/Mg24,76	Карот0,00/B ¹ 0,10/B ² 0,07/PP0,79/C1,11	20,26/6,74/0,30	143	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/Ca10,53/Mg21,57	Карот0,21/B ¹ 0,05/B ² 0,13/PP3,04/C0,32	17,88/11,68/0,42	89	50	
172	Котлета полтавская (говядина)	Na493,14/K270,90/Ca14,95/Mg24,99	Карот0,02/B ¹ 0,06/B ² 0,13/PP3,48/C0,08	14,29/14,88/0,22	144	75	
416	Шницель рубленный (говядина)	Na285,34/K140,18/Ca9,06/Mg15,06	Карот0,01/B ¹ 0,04/B ² 0,07/PP1,80/C0,00	12,16/1,7,7/8,08	180	75	
244	Запеканка морковная с творогом	Na614,87/K432,61/Ca166,9/Mg58,74	Карот7,45/B ¹ 0,20/B ² 0,78/PP1,52/C4,22	6,78/6,61/13,54	181	100	
261	Каша молочная «Янтарная» с маслом (пшено, яблоки)	Na244,96/K325,02/Ca131,26/Mg108,31	Карот0,01/B ¹ 0,24/B ² 0,24/PP2,07/C1,3	4,72/8,95/26,34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
472	Пюре картофельное с маслом	K509,68/Ca46,33/Mg22,99	Карот0,03/B ¹ 0,10/B ² 0,08/PP1,12/C17,30	2,04/3,98/16,5	165	150	
206	Морковь тушеная с зеленым горошком в молочном соусе	Na417,66/K165,65/Ca60,54/Mg29,58	Карот0,05/B ¹ 5,01/B ² 0,07/PP0,78/C5,46	2,55/7,398/9,36	180	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.							
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/B ¹ 0,02/B ² 0,05/PP0,75/C1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0/05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскруант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/Ca17,79/Mg13,43	Карот0,00/B ¹ 0,10/B ² 0,07/PP0,96/C4,77	5,01/10,16/35,25	265	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/Ca66,68/Mg9,90	Карот0,00/B ¹ 0,07/B ² 0,05/PP0,55/C0,14	11,79/7,81/36,71	158	100	
110	Булочка «Дорожная»	Na261,50/K126,25/Ca20,84/Mg29,84	Карот0,00/B ¹ 0,17/B ² 0,06/PP1,6/C0,00	7,27/15,22/62,93	417	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12,071,65/0,3/8,35	58/43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голонешева И. В (телефон для информации 41-79-37).

6 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
27	Салат «Витаминный» (капуста, морковь, перец, зеленый горошек, масло растительное)	Na242,02/K119,41/Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/B ¹ 0,01/B ² 0,02/PP0,35/C16,42	1,94/9,9 3/11,05	141	100	
21	Салат «Здоровье» (свекла, морковь, зеленый горошек, масло растительное)	Na257,48/K108,12/Ca21,87/Mg14,28	Карот1,82/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,31/C4,03	1,79/17,67/7, 92	198	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
120	Щи из свежей капусты и картофеля	Na130,62/K290,82/Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/B ¹ 0,07/B ² 0,10/PP0,79/C16,23	1,77/4,62/9,7 8	260	250	
162	Суп молочный с гречневой крупой	Na179,01/K207,56/Ca126,85/Mg38,1	Карот0,00/B ¹ 0,02/B ² 0,18/PP0,29/C1,21	4,01/4,10/1 4,61	278	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редъкина .Н.							
144	Рыба, запеченная в омлете (горбуша)	Na260,48/K294,01/Ca31,10/Mg28,53	Карот1,68/B ¹ 0,09/B ² 0,11/PP1,68/C4,71	16,38/10,7 7/2,89	174	120	
623	Кнели паровые (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/B ¹ 0,03/B ² 0,06/PP1,68/C0,00	12,04/9,65/4, 37	144	75	
390	Мясо, тушеное в соусе (говядина)	Na285,81/K409,59/Ca16,31/Mg28,87	Карот0,57/B ¹ 0,12/B ² 0,01/PP0,37/C7,70	16,15/1 3,66/2,8 7	199	50/50	
617	Рулет мясной с яйцом (говядина)	Na457,57/K174,73/Ca38,38/Mg18,12	Карот0,03/B ¹ 0,13/B ² 0,19/PP1,37/C2,65	12,79/9,59/ 5,52	226	142	
296	Пудинг из творога со сгущенным молоком	Na230,48/K683,23/Ca24,16/Mg 30,51	Карот0,50/B ¹ 0,15/B ² 0,10/PP1,60/C23,76	12,52/8, 82/13,0	181	100/20	
242	Рулет картофельный с овощами	Na281,37/K861,21/Ca46,31/Mg43,04	Карот1,07/B ¹ 0,02/B ² 0,19/PP2,07/C29,09	3,38/6,04/13, 70	163	100	
257	Каша молочная пшеничная с маслом	Na219,47/K97,28/Ca62,62/Mg18,16	Карот0,02/B ¹ 0,06/B ² 0,08/PP0,30/C0,61	6,07/2,43/28, 06	395	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
482	Капуста тушеная	Na403,73/K241,57/Ca62,07/Mg21,31	Карот0,25/B ¹ 0,04/B ² 0,05/PP0,93/C52,88	1,81/2,21/8,3 1	91	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca3,22/Mg17,51	Карот0,01/B ¹ 0,02/B ² 0,01/PP0,56/C0,00	6,60/8,98/56, 63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/ Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
585	Компот из свежих фруктов	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/B ¹ 0,02/B ² 0,05/PP0,75/C1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с рисом и яйцом	Na297,10/K133,08/Ca33,13/Mg13,55	Карот0,03/B ¹ 0,08/B ² 0,08/PP0,90/C16,65	5,43/6,04/29, 99	196		
502	Кекс «Столичный» с изюмом	Na95,64/K202,23/Ca28,95/Mg12,89	Карот0,06/B ¹ 0,07/B ² 0,10/PP0,40/C0,00	4,72/17,89/39 .46	338		
493	Булочка сдобная с помадкой	Na256,81/K111,33/Ca29,19/Mg13,04	Карот0,00/B ¹ 0,12/B ² 0,09/PP0,99/C0,09	7,33/9,87/57/ 33	347		
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12, 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01. Нормативный документ - сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37).

7 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голопшева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повара -Лобанова В.А.							
60	Винегрет овощной (картофель, капуста, свекла, морковь, масло растительное)	Na14,41/K153,48/Ca14,70/Mg11,08	Карот0,60/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,28/C5,61	1,65/9,82/7,84	126	100	
37	Салат «Студенческий» (картофель, морковь, зеленый горошек, яйцо, масло растительное)	Na25,92/K179,39/Ca18,94/Mg14,21	Карот1,15/B ¹ 0,05/B ² 0,06/PP0,51/C 8,42	3,78/11,74/11,09	165	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
138	Суп картофельный с бобовыми и сухариками	Na27,5/K499,45/Ca25,95/Mg26,97	Карот0,98/B ¹ 0,11/B ² 0,07/PP1,21/C17,26	5,79/5,56/21,92	444	250/10	
162	Суп молочный с пшеном	Na161,44/K225,09/Ca156,61/Mg34,16	Карот0,02/B ¹ 0,13/B ² 0,19/PP0,43/C 1,62	3,93/4,14/14,78	280	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
234	Суфле из отварной рыбы паровое (горбуша)	Na327,04/K391,09/Ca73,63/Mg 36,23	Карот0,02/B ¹ 0,12/B ² 0,28/PP2,27/C1,30	11,99/6,33/3,47	131	105/5	
408	Печень (говядина), тушеная в соусе	Na462,28/K216,97/Ca77,17/Mg15,19	Карот0,96/B ¹ 0,22/B ² 1,56/PP6,48/C24,01	9,50/5,40/1,87	94	50/50	
418	Зразы рубленные (говядина)	Na377,83/K204,04/Ca26,28/Mg21,46	Карот0,14/B ¹ 0,06/B ² 0,10/PP1,93/C5,60	8,87/13/16/7,02	127	70	
636	Голубцы с мясом и рисом (говядина)	Na431,28/K291,79/Ca53,7/Mg27,82	Карот0,03/B ¹ 0,06/B ² 0,11/PP2,37/C30,18	7,07/7,21/7,84	394	216/10	
284	Омлет натуральный с маслом	Na177,58/K78,67/Ca41,7/Mg6,98	Карот0,02/B ¹ 0,03/B ² 0,20/PP0,09/C0,19	8,83/18,06/1,65	225	105/5	
257	Каша молочная яичневая с маслом	Na360,67/K253,33/Ca66,94/Mg 25,94	Карот0,07/B ¹ 0,05/B ² 0,09/PP0,34/C0,57	1,89/2,16/4,54	168	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
414	Макаронные изделия отварные с маслом	K61,40/Ca27,30/Mg16,39	Карот0,01/B ¹ 0,08/B ² 0,03/PP0,74/C0,00	6,39/12,5/44,14	472	150	
468	Горошница	Na230,48/K683,23/Ca24,16/Mg30,51	Карот0,50/B ¹ 0,15/B ² 0,10/PP1,6/C23,76	20,42/6,39/47,29	328	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
427	Напиток из брусники	Na3,12/K30,11/Ca3,74/Mg 2,0	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,03/C3,75	0,07/0,00/5,89	48	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с капустой и яйцом	Na297,10/K133,08/Ca33,13/Mg13,55	Карот0,00/B ¹ 0,08/B ² 0,08/PP0,90/C16,65	5,55/6,52/30,12	201	100	
687	Листики печенные с конфитюром	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/B ¹ 0,06/B ² 0,05/PP0,53/C0,11	4,45/2,89/28,72	159	100	
511	Песочник с изюмом	Na12,65/K140,6/Ca20,60/Mg14,19	Карот0,00/B ¹ 0,08/B ² 0,05/PP0,74/C0,0	7,30/14,35/44,67	337	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12,07 1,65/0,3/8,35	58/43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голопшева И. В (телефон для информации 41-79-37).

8 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой
Бухгалтер/калькуляторС.В. Ефремова
И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР. ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
---------------------	--------------	-----------------------	--------------	------------------------	------	-----------------	---------------

Холодные закуски повара -Лобанова В.А.

26	Салат из свежей капусты с морковью	Na242,02/K119,41/Ca25,69/Mg9,92	Карот0,88/B ¹ 0,01/B ² 0,02/PP0,35/C16,42	1,45/4,95/9 ,89	90	100	
59	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	Na120,57/K78,42/Ca13,89/Mg7,85	Карот0,03/B ¹ 0,01/B ² 0,02/PP0,11/C5,56	0,66/8,1 2/1,67	82	100	

Супа повар -Зинченко О.М.

131	Суп картофельный с макаронными изделиями	Na122,42/K482,07/Ca19,72/Mg27,02	Карот0,93 /B ¹ 0,12/B ² 0,07/PP1 ,31/C16,5	2,62/2,32/21, 71	260	250	
162	Суп молочный с рисовой крупой	Na161,24/K197,89/Ca152,41/Mg25,0	Карот0,02/B ¹ 0,06/B ² 0,19/PP0,36/C1,62	3,16/4,08/1 2,23	246	250	

Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.

321	Рыба «Аппетитная» (горбуша, запеченная с капустой и луком)	Na497,27/K268,56/Ca88,34/Mg28,67	Карот0,91/B ¹ 0,08/B ² 0,13/PP1,62/C2,08	5,19/5,91/3 ,92	190	75	
189	Суфле из говядины	Na841,60/K300,71/Ca36,61/Mg 25,49	Карот0,01/B ¹ 0,09/B ² 0,23/PP3,34/C0,84	14,7/12,66/ 2,35	137	75	
423	Тефтели с рисом и соусом (говядина)	Na263,76/K460,92/Ca68,41/Mg39,47	Карот0,05/B ¹ 0,04/B ² 0,07/PP1,75/C1,80	10,25/14,1 1/13,55	378	115/50	
212	Свекла тушеная	Na3,78/K272,51/Ca36,48/Mg18,62	Карот0,05/B ¹ 0,02/B ² 0,04/PP0,23/C10,78	1,79/4,16/9 ,53	124	150	
294	Запеканка из творога со сгущенным молоком	Na293,82/K237,10/Ca254,18/Mg35,1	Карот0,05/B ¹ 0,07/B ² 0,39/PP0,59/C0,77	13,92/10,0 9/11,24	209	75	
262	Каша молочная манная с маслом	Na219,87/K94,71/Ca66,68/Mg9,95	Карот0,02/B ¹ 0,04/B ² 0,08/PP0,23/C0,66	5,33/2,37/26, 86	378	200/10	

Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.

255	Гречка рассыпчатая с маслом	Na149,18/K176,09/Ca11,49/Mg92,5	Карот0,01/B ¹ 0,19/B ² 0,09/PP1,93/C0,00	11,55/7,92/62 ,19	366	150	
471	Картофель в молоке	K8,22/Ca35,44/Mg22,99	Карот0,03/B ¹ 0,10/B ² 0,08/PP1,12/C17,30	2,04/3,98/16, 5	165	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C19,50	3,45/7,71/28, 64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/ Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C- 12/B ₁ -0,3/B ₂ - 0,34/B ₅ -1,6/B ₆ - 0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ - 0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	

Сладкие блюда Повар – Зинченко О.М.

427	Напиток из клюквы	Na3,12/K30,11/Ca3,74/Mg 2,0	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,03/C3,75	0,05/0,00/5,4 9	44	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C2,9	0,26/0,05/15, 22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	

Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия**Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.**

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР. ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
1	Ватрушка с наливкой	Na391,31/K100,42/Ca20,72/Mg1,259	Карот0,00/B ¹ 0,12/B ² 0,06/PP0,97/C0,00	7,48/9,3/48,4 1	200	65	
701	Сосиска в тесте	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/B ¹ 0,06/B ² 0,05/PP0,53/C0,11	13,76/6,51/ 25,59	151	100	
687	Гребешок с черносливом	Na173,52/K101,37/Ca5,76/Mg 9,81	Карот0,06/B ¹ 0,07/B ² 0,06/PP0,72/C0,55	4,90/5,18/4 9,02	247	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/ B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12, 07 1,65/0,3/8,35	58 /43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37).

9 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой

Бухгалтер/калькулятор

С.В. Ефремова

И. В. Голощева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски повар -Лобанова В.А.							
34	Салат из капусты с яблоками и клюквой	Na9,53/K114,81/Ca18,14/Mg6,92	Карот0,01/В¹0,01/В²0,01/РР0,28/С17,35	1,05/4,81/11,31	93	100	
64	Салат из свеклы с растительным маслом	Na280,76/K162,48/Ca23,07/Mg1,254	Карот0,00/В¹0,01/В²0,02/РР0,11/С5,64	1,57/7,989,81	117	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
110	Борщ из свежей капусты	Na240,25/K346,21/Ca53,30/Mg26,13	Карот0,61/В¹0,12/В²0,05/РР0,56/С16,21	5,79/5,56/21,92	283	250	
161	Суп молочный с макаронными изделиями	Na181,2/K171,89/Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/В¹0,07/В²0,09/РР0,36/С1,68	3,54/4,12/1,62	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
309	Рыба, тушеная в томате с овощами (горбуша)	Na230,47/K300,1/Ca155,13/Mg134,6	Карот1,68/В¹0,14/В²0,09/РР1,07/С5,01	13,35/8,35/4,41	175	60/60	
178	Оладьи из печени по-купечески	Na450,32/K166,61/Ca60,630/Mg13,6	Карот1,02/В¹0,16/В²1,06/РР4,34/С15,48	13,19/9,65/10,08	180	100	
175	Мясо отварное (говядина)	Na292,25/K263,5/Ca10,53/Mg21,57	Карот0,21/В¹0,05/В²0,13/РР3,04/С0,32	17,88/11,68/0,42	89	50	
424	Биточек паровой (говядина)	Na219,86/K130,52/Ca7,02/Mg12,68	Карот0,00/В¹0,03/В²0,06/РР1,68/С0,00	13,38/11,12/8,42	119	75	
351	Картофельная ватрушка с фаршем мясным (говядина)	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,05	Карот1,68/В¹0,09/В²0,08/РР1,40/С5,35	5,68/7,99/1,292	186	100	
243	Запеканка капустная	Na270,15/K212,0/Ca45,87/Mg46,05	Карот1,68/В¹0,09/В²0,08/РР1,40/С5,35	2,62/5,60/10,24	122	100	
257	Каша молочная рисовая с маслом	Na221,21/K90,24/Ca64,89/Mg14,72	Карот0,02/В¹0,03/В²0,08/РР0,29/С0,66	4,42/8,95/26,34	409	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
487	Рагу овощное	Na417,66/K165,65/Ca 60,54/Mg29,58	Карот0,05/В¹5,01/В²0,07/РР0,78/С5,46	1,88/6,93/14,5	192	150	
444	Пюре картофельное с морковью	Na417,33/K431,48/Ca38,34/Mg23,81	Карот1,49/В¹0,09/В²0,08/РР1,03/С14,21	1,93/5,10/14,33	166	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/В¹0,22/В²0,17/РР2,52/С19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/РР-4/К-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
588	Компот из кураги	Na4,35/K429,55/Ca40,20/Mg26,25	Карот0,12/В¹0,02/В²0,05/РР0,75/С1	0,37/0/44,38	114	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/В¹0,00/В²0,01/РР0,08/С2,9	0,26/0/05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскруант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с картофелем и луком	Na269,13/K195,38/Ca17,79/Mg13,43	Карот0,00/В¹0,10/В²0,07/РР0,96/С4,77	5,01/10,16/35,25	265	100	
697	Расстегай с рыбой (горбуша)	Na193,72/K67,68/Ca66,68/Mg9,90	Карот0,00/В¹0,07/В²0,05/РР0,55/С0,14	11,79/7,81/36,71	158	100	
687	Листики печенные с яблоками	Na130,57/K65,63/Ca20,57/Mg7,53	Карот0,00/В¹0,06/В²0,05/РР0,53/С0,11	4,59/2,89/41,08	209	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/В¹0,05/В²0,02/РР0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₆ -0,05/B ₉	1,98/0,25/12,071,65/0,3/8,35	58/43	50	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2,3,6,1079-01. Нормативный документ сборник рецепту 1968,1973,1996, 1997,2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г, Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голощева И. В (телефон для информации 41-79-37).

10 Столовая ГАПОУ СО НТТЭК

Меню на 2026 год

Заведующая столовой
Бухгалтер/калькуляторС.В. Ефремова
И. В. Голошева

№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
Холодные закуски Повар -Лобанова В.А.							
38	Салат «ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ» (томаты свежие, огурцы свежие, капуста, масло растительное)	Na242,69/K112,68/Ca19,25/Mg 9,50	Карот0,19/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,27/C 15,22	4,76/9,3/3,12	151	100	
17	Салат «ВосторГ» (капуста, морковь, лук, яблоко, чеснок, масло растительное)	Na12,76/K128,14/Ca23,84/Mg1,085	Карот0,82/B ¹ 0,02/B ² 0,02/PP0,38/C 16,32	1,44/4,51/11,92	94	100	
Супа повар -Зинченко О.М.							
167	Суп пюре из разных овощей с гренками	Na130,62/K290,82/Ca70,57/Mg23,57	Карот1,38/B ¹ 0,07/B ² 0,10/PP0,79/C 16,23	2,33/4,36/12,11	282	250/10	
162	Суп молочный с домашней лапшой	Na181,2/K171,89/Ca152,41/Mg24,0	Карот0,01/B ¹ 0,07/B ² 0,09/PP0,36/C 1,68	3,57/4,12/4,62	245	250	
Вторые горячие блюда Повар - Вахрушева О.П./ Редькина .Н.							
232	Рыба припущенная (горбуша)	Na197,90/K217,03/Ca41,74/Mg24,76	Карот0,00/B ¹ 0,10/B ² 0,07/PP0,79/C 1,11	20,26/6,74/0,30	143	100	
362	Мясо, шпигованное морковью (говядина)	Na290,53/K448,42/Ca25,48/Mg34,43	Карот1,58/B ¹ 0,13/B ² 0,02/PP0,51/C 9,13	13,21/12,14/4,74	108	60	
172	Котлета полтавская (говядина)	Na493,14/K270,90/Ca14,95/Mg24,99	Карот0,02/B ¹ 0,06/B ² 0,13/PP3,48/C 0,08	14,29/14,88/0,22	144	75	
218	Суфле из филе куриного (запеченное)	Na829,16/K125,34/Ca30,09/Mg45,25	Карот0,02/B ¹ 0,03/B ² 0,14/PP3,71/C 1,41	1,64/5,91/2,90	71	75	
244	Запеканка морковная с творогом	Na614,87/K432,61/Ca166,9/Mg58,74	Карот7,45/B ¹ 0,20/B ² 0,78/PP1,52/C 4,22	6,78/6,61/13,54	181	100	
213	Свекла тушеная с яблоками	Na378,16/K272,51/Ca36,48/Mg18,62	Карот0,05/B ¹ 0,02/B ² 0,04/PP0,23/C 10,78	1,11/7,33/9,93	165	150	
257	Каша молочная геркулесовая с маслом	Na221,96/K140,85/Ca70,62/Mg34,38	Карот0,02/B ¹ 0,11/B ² 0,09/PP0,26/C 0,61	5,88/4,05/24,55	394	200/10	
Гарниры и соусы Повар - Зинченко О.М.							
482	Капуста тушеная	Na403,73/K241,57/Ca62,07/Mg21,31	Карот0,25/B ¹ 0,04/B ² 0,05/PP0,93/C 52,88	1,81/2,21/8,31	91	150	
465	Рис отварной с маслом сливочным	Na4,44/K35,52/Ca3,22/Mg17,51	Карот0,01/B ¹ 0,02/B ² 0,01/PP0,56/C 0,00	6,60/8,98/56,63	333	150	
824	Соус красный основной	Na28,45/K548,95/Ca67,7/Mg70,28	Карот0,87/B ¹ 0,22/B ² 0,17/PP2,52/C 19,50	3,45/7,71/28,64	99	50	
	Масло сливочное	K48/P48/Na2,2/Ca4,8/Mg0,4/Na2,2/Zn0,02/Se0,2	A-0,4/D-2/E-4/C-12/B ₁ -0,3/B ₂ -0,34/B ₅ -1,6/B ₆ -0,5/B ₉ -0,06/B ₁₂ -0,8/PP-4/K-16	0,9/81,1/0,1	75	10	
Сладкие блюда Повар - Зинченко О.М.							
590	Кисель из ягод (смородина черная)	Na32,0/K350,0/Ca36,0/Mg 31,0	Карот0,10/B ¹ 0,03/B ² 0,04/PP0,30/C 200,0	0,09/0,00/12,06	97	200	
629	Чай «Гринфилд» с сахаром и лимоном	Na1,74/K36,66/Ca8,05/Mg8,24	Карот0,00/B ¹ 0,00/B ² 0,01/PP0,08/C 2,9	0,26/0,05/15,22	60	200	
	Нектары и соки «Любимый»	Na 0,01		0/0/11	45	200	
Прейскурант цен на кондитерские и хлебобулочные изделия							
Кондитер Южакова Е.А./Елфимова О.В.							
№ РЕЦЕПТ ТУРЫ	НАИМЕНОВАНИЕ	МИНЕР.ВЕЩ- ВА, МГ	ВИТАМИНЫ, МГ	белки/жиры/ углевод	ккал	ВЫХОД, ГРАММ	ЦЕНА, РУБ.
687	Пирожки печенные с зеленым луком и яйцом	Na130,52/K250,12/Ca11,85/Mg 11,3	Карот0,00/B ¹ 0,15/B ² 0,08/PP1,06/C 15,74	5,42/5,04/2,9,77	265	100	
112	Булочка с маком	Na160,7/K63,25/Ca12,66/Mg 7,32	Карот0,00/B ¹ 0,07/B ² 0,05/PP0,64/C 0,06	6,03/13,28/45,17	243	100	
110	Булочка «Дорожная»	Na261,50/K126,25/Ca20,84/Mg29,84	Карот0,00/B ¹ 0,17/B ² 0,06/PP1,6/C 0,00	7,27/15,22/62,93	417	100	
	Хлеб «Рижский», пшеничный	Fe-0,98/Zn-0,31/Na152,5/B5,75/P39,5/K61,25/Mg18,75/Ca-8,75	Карот0,01/B ¹ 0,05/B ² 0,02/PP0,18/E-0,55/B ₅ -0,15/B ₉ -0,05/B ₉ -	1,98/0,25/12,07 1,65/0,3/8,35	58 /43	25/25	

Сведения о пищевой ценности блюд можно получить у администрации столовой. Компоненты, полученные с применением генно-инженерно-модифицированных организмов, биологически активные добавки, в блюдах не содержатся. Блюда и процессы их приготовления соответствуют СанПин № 2.3.1324-03, СанПин № 2.3.6.959-00, МБТ 5061-89, СанПин № 2.3.6.1079-01. Нормативный документ - сборник рецепту 1968, 1973, 1996, 1997, 2013г. Справочник рецептур блюд для учащихся образовательных учреждений 2003г. Кулинары предлагают 1990г. Ответственный за формирование цен бухгалтер-калькулятор Голошева И. В (телефон для информации 41-79-37)