

УТВЕРЖДАЮ:
 И.о директора ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Чуприна Р.И.

МЕНЮ


На 4 Июня 2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	15	Сыр твердый	15	8,64	45	2,32	2,95	
	гор.блюо	201	Суп молочный с макар						
	гор. блюдо	201	оными изделиями	200/5	3,86	168,45	5,52	4,51	26,45
	закуска	73	Икра кабачковая	100	10,1	133,8	2,73	7,19	14,5
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	3,59	149	4	4	26
	хлеб белый	276	Хлеб пшеничный	75	2,12	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб черный	278	Хлеб дарница	50	1,86	91	3	1	17
Обед	закуска	47	Салат из кваш,капусты	100	2,54	85,7	1,71	5	8,46
	1 блюдо	102	Суп картоф. С горохом	300	3,45	177,9	6,59	6,32	19,8
	гарнир	312	Картофельное пюре	150/5	9,83	137,25	3,06	9,6	20,4
	2 блюдо	230	Рыба жаренная	100	3,45	224	17,9	14,9	4,4
	хол. напиток	389	Сок	200	7,2	107	1		20,2
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	100	2,83	238	8	1	49
	хлеб черн.	278	Хлеб дарница	50	1,86	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	19,5	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	1,86	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	Закуска	21	Салат из конс.огурцов	100	5,28	59,1	0,85	5,05	2,58
	2 блюдо	241	Мясо гов,с соусом см.	50/30	46,5	326	28	22,4	3,52
	Гарнир	143	Рагу овощное	100/5	4,35	142	1,77	10,9	8,6
	хол. напиток	376	Чай с сахаром	200	1,18	60	0,07	0,02	15
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	75	2,12	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб черн.	278	Хлеб дарница	50	1,86	91	3	1	17
Ночник	сладкое	409	Пирожок печеный с капустой	60	2,07	115,5	3,73	1,9	21
	молочная продукция	386	Йогурт	200	30,56	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар



УТВЕРЖДАЮ:
 И.о директора ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Чуприна Р.И. 

М Е Н Ю

На 4 Июня 2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	5	3,05	33	0,08	3,625	0,065
	гор блюдо	223	Запеканка из творога с						
	гор. блюдо		сгущенным молоком	100/20	30,67	324	17,53	13,26	33,6
	хол. напиток	386	Йогурт	200	22,24	102	5,8	5	8,4
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	40	0,84	95,2	3,2	0,4	19,6
	хлеб чер	278	Хлеб дарница	30	0,93	54,6	1,8	0,6	10,2
	закуска	70	Огурец консервированный	100	16,72	60,4	1,31	3,25	4,67
Обед	1 блюдо	102	Суп карт с горохом	300	4,29	177,9	6,59	6,32	19,84
	2 блюдо	230	Рыба отварная	100	23,69	141	18,7	7,82	0,9
	Гарнир	311	Картофель в молоке	150	8,56	148	3,51	3,75	17,16
	гор напиток	349	Компот из сухофруктов	200	2,53	132,8	0,66	0,15	32
	фрукты	338	Фрукты свежие	300	27	126,8	1,2	1,2	28,8
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	80	1,68	190,4	6,4	0,8	39,2
	хлеб черн.	278	Хлеб дарница	40	1,24	72,8	2,4	0,8	13,6

Шеф повар

Повар 

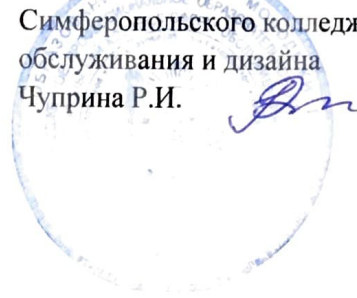
0
6
16
8
6
7
7
6
1
2
9
2
9
7
8
8
9
33
2
7
17
52
4

УТВЕРЖДАЮ:

И.о директора ГБПОУ РК

Симферопольского колледжа сферы
обслуживания и дизайна

Чуприна Р.И.



М Е Н Ю

На 3 Июня 2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	6,1	66	0,8	7,25	0,13
	гарнир	321	Капуста тушеная	100	7,95	75,1	2,06	3,24	9,43
	гор. блюдо	293	Курица отварная	55	20,02	164	11,74	12,91	0,24
	гор.напиток	386	Ряженка	200	16,48	102	5,8	5	8,4
	хлеб	276	Хлеб пшеничный	40	0,84	95,2	3,2	0,4	19,6
	хлеб	278	Хлеб ржаной	30	0,93	54,6	1,8	0,6	10,2
Обед	1 блюдо	106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300/50	25,26	193,2	12,69	5,46	19,31
	2 блюдо	255	Печень по строгоновски с соусом №332	75/75	40,74	277,5	19,89	46,85	5,28
	Гарнир	204	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром	150/5/30	22,02	313,5	12,69	14,93	31,98
	хол. напиток	389	Сок	200	15,6	84,8	1	-	20,2
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	80	1,68	190,4	6,4	0,8	39,2
	хлеб черн.	278	Хлеб ржаной	40	1,24	72,8	2,4	0,8	13,6

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:

И.о директора ГБПОУ РК
Симферопольского колледжа сферы
обслуживания и дизайна
Чуприна Р.И.

МЕНЮ

На 3 Июня 2021 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	5	7,68	33	0,12	10,8	0,19
	закуска	42	Салат картофельный согурцом конс.и зеленым горошком	100	6,62	111,4	1,21	7,84	8,96
	гор. блюдо	293	Курица жареная	75/5	26,79	171,7	17,52	19,9	0,06
	гор. блюдо	209	Яйцо отварное	1шт	5,51	63	5	4,6	0,28
	гор.напиток	385	Молоко кипяченое	200	11,41	107	5,8	5	9,6
	хлеб	276	Хлеб пшеничный	75	2,12	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб	278	Хлеб ржаной	50	1,86	91	3	1	17
Обед	закуска	52	Салат из отварной свеклы	100	2,48	92,8	1,4	6,01	8,26
	1 блюдо	106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300/50	18,41	193,2	12,69	5,46	19,31
	2 блюдо		Мясо отварное с соусом сметанным	50/30	46,49	326	28,08	22,48	3,52
	Гарнир	204	Макаронные изделия отварные с маслом и сыром	150/5	4,51	313,5	12,69	14,93	31,9
	гор.напиток	349	Компот из сухофруктов	200	2,44	132,8	0,66	0,15	32
	хлеб бел.	276	Хлеб пшеничный	100	2,83	238	8	1	49
	хлеб черн.	278	Хлеб ржаной	50	1,86	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	19,5	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	1,86	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	Закуска	15	Сыр твердый	10	5,89	36	2,32	2,95	-
	2 блюдо	226	Рыба отварная	100/5	39,04	148	18,7	7,82	0,9
	Гарнир	314	Картофель жаренный из сырого	150	6,76	277,25	4,13	14,26	33
	хол. напиток	389	Сок фруктовый	200	7,2	84,8	1	-	20,2
	хлеб	276	Хлеб пшеничный	75	2,12	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб	278	Хлеб ржаной	50	1,86	91	3	1	17
Ночник	сладкое	424	Булочка домашняя	50	4,99	159	6,33	22,14	29,52
	молочная продукция	386	Йогурт	200	30,56	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар