

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Назарова Е.С.



МЕНЮ

На 7 Июня 2021г.

Прием пищи	Раздел	№ рсц.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийн ость	Белки	Жиры	Углевод ы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	6,10	66	0,08	7,25	0,13
	гор блюдо	174	Каша молочная рисовая	200/5	10,02	261,6	5,77	3,51	51,54
	закуска	209	Яйцо отварное	1 шт.	10,92	63	5	4,6	0,28
	хол.блюдо	73	Икра кабачковая	50	1,95	66,9	1,635	3,593	7,275
	хол.напиток	386	Кефир	200	13,03	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
Обед	закуска	70	помидор консервированный	100	15,20	60,4	1,31	3,25	4,67
	1 блюдо	82	Борщ с картофелем и капустой	250	7,29	103,75	1,8	4,92	10,95
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	50/50	53,18	221	14,55	16,79	2,89
	Гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	100/5	6,52	179,2	5,53	6,115	25,5
	гор напиток	389	Сок	200	15,60	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 дарница	40	1,24	72,8	2,4	0,8	13,6

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГБНУОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и туризма
 Назарова Е.С.



МЕНЮ

На 7 Июня 2021г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	15	Сыр твердый	20	8,64	45	4,64	5,9	
	закуска	14	Масло сливочное	5	5,12	33	0,04	3,625	0,065
	гор.блюдо	181	Каша молочная рисовая	210	12,56	298	8	14	35
	холд.блюдо	209	Яйцо отварное	1шт.	10,92	63	5	4,6	0,28
	закуска	73	Икра баклажанная	100	3,9	95,3	1,26	0,13	22,28
	гор.напиток	379	Кофейный напиток	200	8,3	100,6	3,16	2,68	15,9
	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	70	Помидор консервированный	100	15,20	89,8	1,31	3,25	4,67
	1 блюдо	82	Борщ с картоф.и капустой	300	4,54	124,5	2,16	5,9	13,12
	гарнир	311	Картофель отвар.в молоке	150	7,03	126,6	3,51	3,73	17,16
	2 блюдо	260	Гуляш из говядины	75/75	68,1	331,5	21,83	25,1	4,34
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	1,73	60	0,07	0,02	15
	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	52	Салат из отвар.свеклы	100	2,48	92,8	1,4	6,01	8,26
	2 блюдо	230	Рыба жаренная	100	36,44	224	17,9	14,9	4,4
	Гарнир	309	Макароны с маслом	150/5	4,51	168,45	5,52	4,51	26,45
	хол. напиток	389	Сок	200	15,60	84,8	1		20,2
	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 картошкой	60	1,62	137,6	4,04	0,5	24,8
	молочная продукция	386	Кефир	200	12,89	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар