

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



М Е Н Ю

На 15 Июня 2021г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углево ды, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	6,1	66	0,08	7,25	0,13
	закуска	25	Пряники	45	3,55	151,11	2,16	1,26	34,97
	закуска	73	Икра кабачковая	50	1,95	66,9	1,64	3,59	7,29
	горячек блюдо	181	Каша молочная манная	200/5	9,74	225	6,03	3,47	42,33
	горячий напиток	276	Молоко кипяченое	200	11,62	107	5,8	5	9,6
	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	закуска	70	Помидор консервированный	100	15,2	125,1	1,57	6,02	8,79
	1 блюдо	99	Суп из овощей	300	7,2	114,3	1,91	5,99	10,98
	2 блюдо	265	Плов из курицы	50/150	27,02	229	12,71	7,85	26,8
	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:
 Директор ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Назарова Е.С.



МЕНЮ

На 15 Июня 2021г.

Прим пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорий поеть	Белки	Жиры	Углевод ы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	5,12	66	0,12	10,8	0,19
	холд.блюдо	209	Яйцо отварное	1шт.	10,92	63	5	4,6	0,28
	гор. блюдо	174	Каша молочная жидкая рисовая	210	12,56	298	8	14	35
	гор. блюдо	219	Сырники из творога с сгущ.мол.	100/40	33,63	386	21,68	17,94	34,2
	гор.напиток	379	Кофейный на молоке	200	2,44	116,6			
	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	70	Помидор консервированный	100	15,2	125,1	1,57	6,02	8,79
	1 блюдо	99	Суп из овощей	300	7,2	114,3	1,91	5,99	10,98
	2 блюдо	265	Плов из говядины	50/200	49,41	644	32,98	33,7	52
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	2,44	116,6	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	45	Салат из квашеной капусты	100	2,47	89,8	1,71	5	8,46
	2 блюдо	228	Рыба припущенная в молоке	100/50	36,19	182	18,4	10,24	4,28
	Гарнир	314	Картофель жаренный из сырого	150	6,76	277,2	4,13	14,26	33
	хол. напиток	389	Сок фруктовый	200	15,6	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	60	7,24	188	6,33	22,14	29,52
	молочная продукция	386	Йогурт	200	30,56	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар