

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ РК

Симферопольского колледжа сферы
обслуживания и быта

Шкурко Т.Н.

М Е Н Ю

На 15 Сентября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рен.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	15	Сыр твердый	15	10,92	72	4,46	5,9	
	закуска	209	Яйцо отварное	1 шт	9,5	63	5	4,6	0,28
	закуска	74	Икра овощная	100	17,5	828	0,02	2,6	0,122
	гор. блюдо	174	Каша молочная рисвая	210	19,37	225	6,03	3,47	42,2
	гор. напиток	382	Какао с молоком	200	12,87	149	4	4	26
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Обед	закуска	71	Помидор натуральный	100	20,46	125,1	1,57	6,02	3,23
	1 блюдо	118	Суп картофельный с клецками	300	4,56	173,1	4,27	5,51	22,5
	2 блюдо	250	Бефстроганов из говядины	50/50	75,13	173,1	15,2	23,1	5,12
	гарнир	171	Каша гречневая рассыпчатая	150/5	14,45	262,5	8,29	8,96	37,4
	гор. напиток	379	Кофейный на молоке	200	11,38	100,6	3,16	2,68	15,9
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100	2,5	238	8	1	49
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	20,85	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	10,95	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	гор. блюдо	223	Запеканка творожная с ступ. мол.	150/40	63,12	567	30,69	23,2	58,8
	2 блюдо	230	Рыба жаренная	100	48,75	224	17,9	14,9	4,4
	Гарнир	126	Картофель отварной с луком	115	7,07	128	2,38	5,36	15,9
	хол. напиток	389	Сок фруктовый	200	19,9	84,8	1		20,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Ночник	сладкое	424	Булочка домашняя	50	8,092	159	6,33	22,14	29,52
	молочная продукция	386	Йогурт	200	27,46	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ РК

Симферопольского колледжа сферы
обслуживания и дизайна

Шкурко Т. Н.



М Е Н Ю

На 16 Сентября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рсц.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	16,01	66	0,12	10,8	0,19
	закуска	15	Сыр твердый	15	10,92	72,00	4,46	5,9	
	холод. блюдо	209	Яйцо отварное	1шт.	9,50	63	5	4,6	0,28
	гор. блюдо	174	Каша молочная жидкая рисовая	210	19,37	298	8	14	35
	гор. блюдо	219	Сырники из творога с сгущ.мол.	100/40	44,77	386	21,68	17,94	34,2
	гор. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,39	60	0,07	0,02	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Обед	закуска	71	Помидор натуральный	100	20,46	125,1	1,57	6,02	3,23
	1 блюдо	99	Суп из овощей	300	9,34	114,3	1,91	5,99	10,98
	2 блюдо	265	Плов из говядины	50/200	78,89	644	32,98	33,7	52
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,14	116,6	0,66	0,15	32
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100	2,5	238	8	1	49
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	20,85	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	10,95	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	Закуска	71	Огурец натуральный	100	8,65	1,98	1,403	10,04	7,29
	2 блюдо	228	Рыба припущенная в молоке	100/50	46,1	182	18,4	10,24	4,28
	Гарнир	314	Картофель жаренный из сырого	150	11,16	277,2	4,13	14,26	33
	холод. напиток	389	Сок фруктовый	200	19,9	84,8	1		20,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Ночник	сладкое	424	Булочка домашняя	60	8,092	188	6,33	22,14	29,52
	молочная продукция	386	Йогурт	200	27,46	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ РК

Симферопольского колледжа сферы
обслуживания и дизайна

Шкурко Т. Н.



МЕНЮ

На 17 Сентября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы, г
Завтрак	закуска	15	Сыр твердый	15	10,92	72	4,46	5,9	-
	закуска	73	Икра кабачковая	100	13,4	133,85	2,73	7,19	14,5
	гор. блюдо	173	Каша молочная вязкая гречневая	200/10	28,17	298	8	14	35
	гор. блюдо	210	Омлет натуральный	106	24,18	25,95	10,78	19,2	2,04
	гор.напиток	382	Коакao с молоком	200	12,87	133,85	4	4	26
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Обед	закуска	71	Огурец натуральный	100	16,7	95,7	1,57	6,02	2,58
	1 блюдо	96	Рассольник "Ленинградский"	300	7,86	128,7	2,42	6,11	14,38
	2 блюдо	259	Жаркое из говядины	50/250	72,25	590	32,4	36,18	33,16
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,14	132,8	0,66	0,15	32
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80	2,5	238	8	1	49
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	1,8	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	20,85	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	10,95	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	Закуска	52	Салат из отварной свеклы	100	4,56	92,8	1,4	6,01	8,26
	2 блюдо	268	Котлета из говядины	75	53,67	258	12,38	18,15	10,74
	Гарнир	312	Пюре картофельное с маслом	100/5	13,02	183	4,08	12,8	12,8
	хол. напиток	389	Сок фруктовый	200	19,9	84,8	1	-	20,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Ночник	сладкое	409/469	Пирожок печеный с творогом	60	9,15	188	6,33	22,14	29,52
	молочная продукция	386	Йогурт	200	27,46	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Шкурко Т.Н.



МЕНЮ

На 18 Сентября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы, г
Завтрак	закуска	14	Масло сливочное	10	16,01	66	0,08	7,25	0,13
	закуска	15	Сыр твердый	15	10,92	72	4,46	5,9	
	закуска	209	Яйцо отварное	1 шт,	9,5	63	5	4,6	0,28
	гор. блюдо	37	Салат каттофельный с огурцом конс. и зелен.горош	100	8,96	111,4	1,21	7,84	8,96
	гор. блюдо	293	Курица жаренная	75/5	55,55	171,76	17,52	19,9	0,06
	гор.напиток	376	Чай с сахаром	200	2,39	60	0,07	0,02	15
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Обед	закуска	52	Салат из отварной свеклы	100	4,56	92,8	1,4	6,01	8,26
	1 блюдо	106/107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300/50	30,19	193,2	12,69	5,46	19,3
	гор.блюдо	203	Макароны отварные с масл.	150/5	11,48	168,45	5,52	4,51	26,45
	2 блюдо	241	мясо гов. Отвар.в соусе	50/30	71,03	326	28,08	22,48	3,52
	гор. напиток	349	Компот из сухофруктов	200	5,14	132,8	0,66	0,15	32
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	80	2,5	238	8	1	49
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	40	1,8	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	20,85	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	10,95	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	закуска	73	Икра кабачковая	100	13,4	133,8	2,73	7,19	14,5
	2 блюдо	226	Рыба отварная	100/5	49,62	148	18,7	7,82	0,9
	Гарнир	312	Пюре картофельное с маслом	100/5	13,02	183	4,08	12,8	12,8
	хол. напиток	389	Сок фруктовый	200	19,90	84,8	1	-	20,2
	хлеб		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб		Хлеб ржаной	50	1,8	91	3	1	17
Ночник	сладкое	424	Булочка домашняя	50	8,092	159	3,64	6,26	21,9
	молочная продукция	386	Йогурт	200	27,46	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар

УТВЕРЖДАЮ:
 Директор ГБПОУ РК
 Симферопольского колледжа сферы
 обслуживания и дизайна
 Шкурко Т.Н.



МЕНЮ

На 19 Сентября 2025 г.

Прием пищи	Раздел	№ реп.	Блюдо	Выход,г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углевод ы, г
Завтрак	закуска	15	Сыр твердый	15	10,92	72	4,46	5,9	
	гор. блюдо	120	Суп молочный с макаронными изделиями	200/5	3,86	168,45	5,52	4,51	26,45
	закуска	73	Икра кабачковая	100	13,4	133,8	2,73	7,19	14,5
	гор.напиток	382	Какао с молоком	200	12,87	149	4	4	26
	хлеб белый		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб черный		Хлеб дарница	50	1,8	91	3	1	17
Обед	закуска	71	Помидор натуральный	100	20,46	125,1	1,57	6,02	3,23
	1 блюдо	102	Суп картоф. с горохом	300	5,84	177,9	6,59	6,32	19,8
	гарнир	312	Картофельное пюре	150/5	13,02	137,25	3,06	9,6	20,4
	2 блюдо	230	Рыба жаренная	100	48,75	224	17,9	14,9	4,4
	хол. напиток	389	Сок	200	19,9	107	1		20,2
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	100	2,5	238	8	1	49
	хлеб черн.		Хлеб дарница	50	1,8	91	3	1	17
Полдник	фрукты	338	Фрукты свежие	300	20,85	141	1,2	1,2	28,8
	сладкое		Конфета шоколадная	30	10,95	156	2,4	3,8	27,8
Ужин	Закуска	71	Огурец натуральный	100	16,7	95,7	1,57	6,02	2,58
	2 блюдо	241	Мясо гов.с соусом см.	50/30	71,03	326	28	22,4	3,52
	Гарнир	143	Рагу овощное	100/5	9,52	142	1,77	10,9	8,6
	хол. напиток	376	Чай с сахаром	200	2,39	60	0,07	0,02	15
	хлеб бел.		Хлеб пшеничный	75	1,87	178,5	6	0,75	36,7
	хлеб черн.		Хлеб дарница	50	1,8	91	3	1	17
Ночник	сладкое	409/461	Пирожок печеный с капустой	60	3,89	115,5	3,73	1,9	21
	молочная продукция	386	Йогурт	200	27,46	102	5,8	5	8,4

Шеф повар

Повар