

Государственное бюджетное профессиональное
образовательное учреждение Республики Крым

«СИМФЕРОПОЛЬСКИЙ КОЛЛЕДЖ РАДИОЭЛЕКТРОНИКИ»

№ рецептур	Наименование блюда	Кол-во
Завтрак		
	Икра овощная	100
14	Молоко сладкое	15
162	Каша молочная жидкая, рисовая	210
375	Чай	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
50	Салат из огурцов и помидоров с растительным маслом	150
90	Упа из овощей	150
22	Пюре из овощей с сыром	150
38	Мясные изделия отварные с гарниром	200
39	Каша из смеси cereals	200
	Хлеб ржаной	150
	Хлеб пшеничный	50
Полдник		
		30
		100
		200
Ужин		
		100
2880	Буряк	150
310	Картофель отварной	250
14	Молоко сладкое	15
385	Чай	200
	Хлеб ржаной	75
	Хлеб пшеничный	50
Ужин 2		
406	Пюре из овощей с творогом	75
966	Кисломолочный продукт	200

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ГБПОУ РК
«Симферопольский колледж
радиоэлектроники»



О.Ф.Касперова 10.01.2023г.

Примерное

двухнедельное (десятидневное) меню для обучающихся
в учреждениях среднего профессионального образования

(дети-сироты)

Примерное меню приготовление блюд

Сезон: осенне-зимний

Возраст: свыше 12 лет

Неделя: 1 понедельник; лист: 1.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
	Икра овощная	100
14	Масло сливочное	15
182	Каша молочная жидкая, рисовая	210
376	Чай	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
50	Салат из отварной свеклы с маслом	150
99	Суп из овощей	300
255	Печень говяжья по- Стrogановский с соусом №330	100\50
204	Макаронные изделия отварные с сыром и маслом	150\30\5
349	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	100
	Хлеб пшеничный	50
Полдник		
	Печенье	30
338	Фрукты свежие	340
382	Какао	200
Ужин		
42	Салат картофельный с огурцом консервированным	100
288\330	Курица отварная с соусом	75\50
310	Картофель отварной	250
14	Масло сливочное	12
385	Сок	200
	Хлеб ржаной	75
	Хлеб пшеничный	50
Ужин 2		
406	Пирожок печенный с творогом	75
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:1 вторник; лист: 2.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
182	Каша молочная жидкая, пшенная	210
	Колбаса отварная	40
210	Омлет натуральный	106\5
	Икра овощная	150
379	Напиток кофейный на молоке	200
14	Масло сливочное	10
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
45	Салат из свежей капусты \ Овощи натуральные \	150 \100\
82	Борщ с картофелем и капустой	300
260	Гуляш	75\75
311	Картофель отварной с молоком	250
376	Чай	200
	Хлеб ржаной	100
	Хлеб пшеничный	50
Полдник		
	Печенье	30
349	Кисель	200
338	Фрукты свежие	340
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150
229	Рыба тушеная с овощами	100\100
304	Каша рассыпчатая рисовая	150\5
14	Масло сливочное	10
389	Сок	200
	Хлеб ржаной	75
	Хлеб пшеничный	50
Ужин 2		
409	Пирожок печенный с картофелем	60
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:1 среда; лист: 3.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат из моркови	100
182	Каша молочная рисовая	210
210	Омлет натуральный	106\5
382	Какао с молоком	200
14	Масло сливочное	15
	Колбаса отварная	35
338	Фрукты	150
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
49	Салат витаминный	100
70	\Овощи консервированные \	\100\
96	Рассольник «Ленинградский»	300
259	Жаркое по домашнему	75\250
349	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
338	Фрукты свежие	200
376	Чай	200
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы	150
229	Рыба тушеная с овощами	100\100
312	Пюре картофельное с молоком	250
14	Масло сливочное	10
389	Сок	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
406	Пирожок печенный с творогом	75
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:1 четверг; лист: 4.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный	150
42	\Салат картофельный с огурцом консервированным \	150
181	Каша молочная манная	200\10
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150\20
385	Молоко кипяченое	200
	Колбаса отварная	30
15	Сыр	13
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
52	Салат из отварной свеклы с маслом	150
97\107	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	300
255	Печень по Строгановский	100
309	Макаронные изделия отварные	150
873	Кисель	200
14	Масло сливочное	10
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
338	Фрукты свежие	340
389	Сок	200
Ужин		
45	Салат из свежей капусты	150
71	\Овощи натуральные \	\100\
288	Кура отварная	75\50
310	Картофель отварной	250
14	Масло сливочное	10
376	Чай	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
	Булочка домашняя	60
	Кисломолочный продукт	200

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный \Салат картофельный с огурцом консервированным \ \Икра овощная \ 	150 \150\ \100\
120	Суп молочный с макаронными изделиями	300
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	100\20
379	Кофейный напиток на молоке	200
243	Колбаса отварная	25
14	Масло сливочное	15
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
45	Салат из свежей капусты	150
102	Суп картофельный с горохом	300
229	Рыба тушеная с овощами	100\100
143	Рагу овощное	200
	Компот их сухофруктов	200
15	Сыр	12
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
376	Чай	200
338	Фрукты свежие	220
Ужин		
21	Салат из консервированных огурцов \Овощи натуральные \ 	100 \100\
241	Мясо говядина отварное с соусом	75\50
310	Картофель отварной	250
14	Масло сливочное	10
389	Сок	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
409	Пирожок с капустой	60
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:2 понедельник; лист: 6.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный \Икра овощная \	100 \100\
174	Каша молочная рисовая	210
209	Яйцо отварное	1шт.
379	Кофейный напиток на молоке	200
243	Колбаса отварная	50
14	Масло сливочное	15
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
45	Салат из свежей капусты	150
71	\Овощи натуральные \	\100\
70	\Овощи консервированные \	\100\
82	Борщ с картофелем и капустой	300
260	Гуляш из говядины	75\75
312	Картофельное пюре	250
389	Сок	200
15	Сыр	13
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
376	Чай	200
338	Фрукты свежие	345
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы \Овощи натуральные \	150 \100\
229	Рыба тушенная с овощами	100\100
310	Картофель отварной	250
14	Масло сливочное	10
349	Компот из сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
406	Пирожок с творогом	75
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:2 вторник; лист: 7.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный \Икра овощная \	150 \100\
181	Каша молочная манная	210
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150\20
382	Какао на молоке	200
15	Сыр	12
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
67	Винегрет овощной	150
71	\Овощи натуральные \	\100\
42	\Салат картофельный с огурцом консервированным \	\150\
102	Суп картофельный с горохом	300
229	Рыба тушеная с овощами	100\100
293	Макаронные изделия отварные	200
349	Компот из сухофруктов	200
14	Масло сливочное	10
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
376	Чай	200
338	Фрукты свежие	340
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы \Овощи натуральные \	150 \100\
71	Мясо говядина отварная, соус	75\50
241	Картофельное пюре	250
312	Масло сливочное	10
14	Сок	200
389	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
	Булочка домашняя	60
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:2 среда; лист: 8.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный \Икра овощная \	150 \100\
174	Каша молочная рисовая	210
210	Омлет натуральный	50
379	Кофейный напиток на молоке	200
14	Масло сливочное	13
243	Колбаса отварная	50
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
53	Салат из отварной свеклы с горошком \Овощи натуральные \	150 \100\
104	Суп картофельный с мясными фрикадельками	300\42
288\302	Кура отварная с соусом	100\50
143	Рагу овощное	200
389	сок	200
15	Сыр	10
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
376	Чай	200
338	Фрукты свежие	310
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы \Овощи натуральные \	150 \100\
228	Рыба припущенная	100\50
310	Картофельное отварной	250
14	Масло сливочное	10
349	Компот из смеси сухофруктов	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
406	Ватрушка с творогом	75
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:2 четверг; лист: 9.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
62	Салат морковный \Икра овощная \	100 \100\
	Каша молочная манная	210
223	Запеканка творожная с молоком сгущенным	150
382	Какао на молоке	200
15	Сыр	12
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
45	Салат из свежей капусты \Овощи консервированные \ \Овощи натуральные \	150 \100\ \100\
101	Суп картофельный с крупой	300
255	Печень по Строгановский	100\100
312	Картофельное пюре	250
376	Чай	200
14	Масло сливочное	15
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
873	Кисель	200
	Фрукты свежие	340
Ужин		
52	Салат из отварной свеклы \Овощи натуральные \	150 \100\
259	Жаркое по домашнему	75\250
14	Масло сливочное	10
389	Сок	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
	Булочка домашняя	60
966	Кисломолочный продукт	200

Неделя:2 пятница; лист: 10.

№ рецептуры	Наименование блюд	Масса порции
Завтрак		
	Салат морковный \Икра овощная \	100 \150\
	Суп молочный с макаронами	300
	Омлет натуральный	53
	Кофейный напиток на молоке	200
	Масло сливочное	15
	Колбаса отварная	25
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Обед		
	Салат из отварной свеклы \Овощи консервированные \ \Овощи натуральные \	150 \100\ \100\
	Суп овощной	300
	Рыба отварная с соусом	100\100
	Каша рассыпчатая пшено	200
	Сок	200
	Сыр	12
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	100
Полдник		
	Печенье	30
	Чай	200
	Фрукты свежие	340
Ужин		
	Салат из свежей капусты \Овощи натуральные \	150 \100\
	Печень тушеная	75\250
	Картофельное пюре	250
	Масло сливочное	10
	Кисель	200
	Хлеб ржаной	50
	Хлеб пшеничный	75
Ужин 2		
	Ватрушка с творогом	110
	Кисломолочный продукт	200

Руководитель службы по организации питания

В.А. Хромченков