



Директор ГБПОУ КК

«Крымский технический колледж»

В.В. Чепуров

2023г

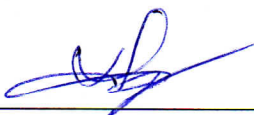
Примерное 25 - дневное осенне – зимнее циклическое на 2023-2024гг меню для юношей и девушек обучающихся в учреждениях среднего профессионального образования.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-1 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
68\2012г	Салат из свеклы с сыром	1\100		5,9	8	9	128
	1 Блюда						
133\2012	Борщ с капуст. и картоф.	1\250		2,5	2,8	13,6	90
	2 Блюда						
450\201 2	Плов из свинины	75\200		21,9	38,7	113,9	635,6
	Гарниры						
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						892,8

Повар  Левченко Н.И.

В.В.Чепуров

2023- 2024г. г.

Повар Левченко Н.И.

Левченко Н.И.

В.В.Чепуров

2023- 2024г. г.

Повар

Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-4день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023-2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консер.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
160\2012	Суп картоф.с рисом	1\250		2,2	2,8	15,5	95
	2 Блюда						
493\2012	Птица в красном соусе	75\75		22	25,2	0,5	314
	Гарниры						
513\2012	Каша гречневая	1\200		6,93	8	38	251,2
	Напитки						
644	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1077,2

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-5 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консер.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
177\2012	Солянка по-домашнему	1\250		5,3	7	3,3	98
	2 Блюда						
480\2012	Запеканка с сердцем картофельная	20\250		17,1	17,6	7	336,0
	Гарниры						
	Напитки						
423\2003	Кофейный напиток на сгущен.молоке	1\200		1,7	1,7	16,1	81
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						915

Повар  Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-6 день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023- 2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
81\2004	Капуста маринованная	1\100		1,3	10,6	7,5	123,6
	1 Блюда						
154\2012	Суп рассольник «Ленинградский»	1\250		2,5	2,5	14,5	160
	2 Блюда						
297\2014	Плов из свинины	75\200		20,18	12,5	28,41	306,8
	Гарниры						
	Напитки						
423\2003	Кофейный напиток на сгущен.молоке	1\200		1,7	1,7	16,1	81
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						867,4

Повар



Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-7 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
64\2012	Салат «Витаминный»	1\100		2,5	3,2	9,3	72,4
	1 Блюда						
154\2012	Суп рассольник «Ленинградский»	1\250		2,5	2,5	14,5	160
	2 Блюда						
625\2012	Биточек по-селянски	75\50		15,45	16,95	3,75	228
	Гарниры						
513\2012	Каша пшенная	1\200		11,0	11,9	49,8	350
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						905,4

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-8день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консер	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
167\2012	Суп с клецками	1\250		2,9	3	21	119
	2 Блюда						
	Рыба запечен.с морковью	60\60		14,6	10,1	4,0	167
	Гарниры						
515\2012	Рис отварной	1\200		6,0	8,0	46,1	218,7
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						918,7

Повар  Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-9 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023-2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Икра кабачковая	1\100		0	7,0	7,0	91
	1 Блюда						
145\2012	Борщ с фасолью	1\250		7,5	3,3	17,3	135
	2 Блюда						
469\2012	Котлета домашняя	81\50		35,4	43,3	28,3	454
	Гарниры						
513\2012	Каша пшенная	1\200		6,93	7,8	29	215
	Напитки						
644\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный, ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1221

Повар Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-10 день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консервированные	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
162\2012	Суп гороховый	1\250		7,5	3,2	17,3	135
	2 Блюда						
442\201 2	Жаркое по-домашнему	50\200		24,7	27,5	25,5	449,5
	Гарниры						
		1\200		6,93	7,8	29	215
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						931,5

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-11 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023-2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консервированные	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
ТТК- 2021	Суп «Кудрявый»	1\250		7,2	6,6	18,5	165
	2 Блюда						
297\201 4	Плов из свинины	75\200		21,9	21,2	35,5	428
	Гарниры						
		1\200					
	Напитки						
644\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1053

Повар  Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский

технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-12 день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023-2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
25\2004	Салат «Степной»	1\100		1,6	3,4	8,2	74
	1 Блюда						
133\201	Борщ из свеж.капусты	1\250		2,5	2,8	13,6	90
	2 Блюда						
253\201 1	Рыба запечен. С морковью	60\60		14,6	10,1	4,0	167
	Гарниры						
515\201 2	Рис отварной	1\200		6,0	8,0	46,1	218,7
	Напитки						
	Сок натуральный	1\200		1,0	0	33	136
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						878

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-13 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овщи консер.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
160\2012	Суп картоф. С рисом	1\250		2,2	2,8	15,5	95
	2 Блюда						
443\201 2	Гуляш	50\75		21,	25,22	4,3	331,5
	Гарниры						
205\201 1	Макароны отварные	1\200		7,3	7,7	40,7	261
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1034,5

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-14 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овщи консер.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
145\2012	Борщ с фасолью	1\250		7,5	3,3	17,3	135
	2 Блюда						
493\2012	Птица в красном соусе	75\75		22	25,2	0,5	314
	Гарниры						
513\2012	Каша гречневая	1\200		6,93	8,0	38	251,2
	Напитки						
423\2003	Кофейный напиток на сгущен.молоке	1\200		1,7	1,7	16,1	81
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1065,2

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

**МЕНЮ-15 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1**

2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консервированные	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
Ттк- 5\2021	Суп «Кудрявый»	1\250		7,2	6,6	18,5	165
	Вторые блюда						
466\201 2	Шницель натур.\рублен.	75\50		35,3	35,3	9,3	454
	Гарниры						
520\200 4	Пюре картофельное	1\200		4,7	7,3	30,7	215
	Напитки						
644\2011	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1184

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-16 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023-2024г.г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
68\2012	Свекла с сыром	1\100		5,9	8,0	9,0	128
	1 Блюда						
177\2012	Солянка домашняя	1\250		5,3	7,0	3,3	98
	Вторые блюда						
253\2003	Запекнка рисовая с творогом	22\30		13,5	6,2	84,6	452
	Гарниры						
		1\200					
	Напитки						
423\2003	Кофеный напиток на сгущен.молоке	1\200		1,7	1,7	16,1	81
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						952

Повар



Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-17 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консервиров.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
162\2012	Суп гороховый	1\250		7,5	3,2	17,3	135
	Вторые блюда						
625\201 2	Биточек по-селянски	75\50		15,45	16,95	3,75	228
	Гарниры						
520\200 4	Пюре картофельное	1\200		4,7	7,3	30,7	215
	Напитки						
	Сок натуральный	1\200		1	0	33	136
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						931

Повар



Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-18 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
68\2012	Салат из свеклы с огурцом	1\100		5,9	8,0	9,0	128
	1 Блюда						
177\2012	Солянка домашняя	1\250		5,3	7,0	3,3	98
	Вторые блюда						
480\201 2	Запеканка с сердцем	243\50		17,1	17,6	7,0	336,0
	Гарниры						
		1\200					
	Напитки						
349\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Йогурт	1\100		4,1	1,5	5,9	57
	Итого:						945

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-19 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овщи консервиров.	1\100		1,1	0,2	3,8	24
	1 Блюда						
162\2012	Суп гороховый	1\250		7,5	3,2	17,3	135
	Вторые блюда						
493\2012	Птица в красном соусе	75\75		22	25,2	0,5	314
	Гарниры						
513\2012	Каша пшеничная	1\200		11,0	11,9	49,8	350
	Напитки						
644\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1164

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-20день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
61\2011	Салат из свеж. капусты	1\100		1,3	3,2	6,5	60,4
	1 Блюда						
160\2012	Суп картоф.с рисом	1\250		2,2	2,8	15,5	95
	Вторые блюда						
625\2012	Биточек по-селянски	75\50		15,45	16,95	3,75	228
	Гарниры						
513\2012	Каша пшенная	1\200		11,0	11,9	49,8	215
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Йогурт	1\115		4,1	1,5	5,9	57
	Итого:						978,4

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-21 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
	Овощи консервиров.натуральные	1\100		1,1	0,2	3,8	91
	1 Блюда						
167\2012	Суп с клецками	1\250		2,9	3,0	21,0	119,0
	Вторые блюда						
253\2011	Рыба запечен.с морковью	60\60		14,6	10,1	4,0	167
	Гарниры						
515\2012	Рис отварной	1\200		6,0	8,0	46,1	218,7
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						934,7

Повар  Левченко Н.И.

В.В.Чепуров

2023- 2024г. г.

Повар  Левченко Н.И.

Левченко Н.И.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-23 день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
110\2012	Икра свекольная	1\100		4,3	9,1	10,0	101
	1 Блюда						
162\2012	Суп гороховый	1\250		7,5	3,2	17,3	135
	Вторые блюда						
625\201 2	Биточек по-селянски	75\50		15,45	16,95	3,75	228
	Гарниры						
513\201 2	Каша пшеничная	1\200		11,0	11,9	49,8	350
	Напитки						
644\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Итого:						1140

Повар  Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»

В.В.Чепуров

МЕНЮ-24день

ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1

2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
81\2004	Капуста маринованная	1\100		1,3	10,6	7,5	126,6
	1 Блюда						
160\2012	Суп рисовый	1\250		2,2	2,8	15,5	95
	Вторые блюда						
442\201 2	Жаркое по-домашнему	50\200		24,7	27,5	25,2	449,5
	Гарниры						
		1\200					
	Напитки						
713\2012	Чай с сахаром	1\200		0,2	0	32	130
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Йогурт	1\115		4,1	1,5	5,9	57
	Итого:						934,1

Повар

Левченко Н.И.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБПОУ КК «Крымский
технический колледж»
В.В.Чепуров

МЕНЮ-25 день
ОБЕДЕННЫЙ ЗАЛ № 1
2023- 2024г. г.

№ рецепту ры		Выход г.	Цена, руб.	Пищевые вещества			Калор ийнос ть, ккал
				Б	Ж	У	
	Холодные закуски						
25\2004	Салат «Степной»	1\100		1,6	3,4	8,2	74
	1 Блюда						
177\2012	Солянка домашняя	1\250		5,3	7,0	3,3	98
	Вторые блюда						
292\201 1	Птица с овощами	50\200		20	15,6	19,3	360
	Гарниры						
	Напитки						
644\2012	Компот из сухофруктов	1\200		0,7	0	32	133
	Хлеб						
	Хлеб пшеничный ,ржаной	60\30		6,5	1	40	193
	Йогурт	1\115		4,1	1,5	5,9	57
	Итого:						915

Повар  Левченко Н.И.