

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 "Керченский учебно-
 воспитательный комплекс
 интернат-лицей"
 г. Керчь

В.С. Арустамян
 2023г



Дата: 04.09.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Выход г	Белки	Жиры	Углев о-ды	ЭЦ ккал	№ рецепт
				всего	всего			
1 день (понедельник)								
<i>Завтрак</i>								
1	Масло сливочное (порциями)	5	5	0,04	3,63	0,07	33,00	14
2	Икра кабачковая консервированная	50	50	1,37	3,59	7,27	66,90	ПР
3	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
5	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,30	14,49	70,14	ПР
6	Хлеб ржаной	30	30	1,68	0,33	14,82	68,97	ПР
7	Чай с лимоном	200	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
<i>Второй Завтрак</i>								
1	Кондитерское изделие	20	20	0,13	0,00	16,00	64,51	ПР
2	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
<i>Обед</i>								
1	Овощи натуральные по сезону	50	50	0,56	0,05	1,75	10,00	71
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	80	80	10,41	14,44	5,89	194,91	297
4	Рагу из овощей	150	150	25,29	1,57	12,29	202,86	143
5	Хлеб пшеничный	30	30	2,37	0,30	14,49	70,14	ПР
6	Хлеб ржаной	20	20	1,12	0,22	9,88	45,98	ПР
7	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	150	0,75	0,00	15,15	63,60	389
<i>Полдник</i>								
1	Овощи натуральные по сезону	50	50	0,56	0,05	1,75	10,00	71
3	Вареники с картофелем	125/15	140	15,00	3,84	27,58	205,08	395
7	Чай с лимоном	200	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
2	Плоды свежие	100	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338
Медицинский работник Зав. столовой Ответственный по питанию								