

Фактическое ежедневное меню

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



В.С. Арустамян  
 10 2023г

Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Традиции"  
 г. Симферополь



А.В. Кордончик  
 2023г.

Дата: 08.10.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 7-11 лет

| №   | Наименование блюда                      | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал | №<br>рецепт |
|---|---|---------|---------|--------|-----------------|---------|-------------|
|   |   |         | всего   | всего  |                 |         |             |
| <b>1 день (понедельник)</b>                                       |   |         |         |        |                 |         |             |
| <b>Завтрак</b>  |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Масло сливочное (порциями)              | 10      | 0,08    | 7,25   | 0,13            | 66,00   | 14          |
| 2   | Сыр (порциями)                          | 15      | 3,48    | 4,43   | 0,00            | 54,00   | 15          |
| 3   | Каша молочная овсяная                   | 200     | 7,4     | 12,2   | 32,6            | 271,4   | 182         |
| 4   | Омлет натуральный                       | 106     | 9,85    | 17,54  | 1,86            | 204,69  | 210         |
| 5   | Хлеб пшеничный                          | 40      | 3,04    | 0,32   | 19,68           | 93,60   | 573         |
| 6   | Хлеб ржаной                             | 20      | 1,60    | 0,30   | 8,02            | 41,20   | 574         |
| 7   | Кофейный напиток                        | 200     | 3,17    | 2,68   | 15,95           | 100,60  | 379         |
| <b>Второй Завтрак</b>   |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Фрукты свежие                           | 185     | 0,74    | 0,74   | 18,13           | 81,40   | 82          |
| <b>Обед</b>   |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Овощи натуральные по сезону             | 70      | 0,78    | 0,07   | 2,45            | 14,00   | 71          |
| 2   | Суп картофельный с бобовыми (горох)     | 200     | 4,39    | 4,22   | 13,23           | 118,60  | 102         |
| 3   | Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят | 90      | 14,32   | 19,86  | 8,10            | 268,00  | 297         |
| 4   | Макаронные изделия отварные с маслом    | 150     | 5,46    | 5,79   | 30,46           | 195,71  | 203         |
| 5   | Соус томатный с овощами                 | 20      | 0,24    | 1,46   | 0,95            | 17,94   | 420         |
| 6   | Хлеб пшеничный                          | 50      | 3,80    | 0,40   | 24,60           | 117,00  | 573         |
| 7   | Хлеб ржаной                             | 30      | 2,40    | 0,45   | 12,03           | 61,80   | 574         |
| 8   | Соки фруктовые и ягодные                | 200     | 1,00    | 0,00   | 20,20           | 84,80   | 389         |
| <b>Полдник</b>  |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Кондитерское изделие                    | 15      | 0,59    | 4,59   | 9,38            | 81,15   | 580         |
| 2   | Чай с сахаром                           | 200     | 0,20    | 0,10   | 9,30            | 38,00   | 457         |
| <b>Ужин</b>   |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Салат витаминный                        | 70      | 1,82    | 4,35   | 15,50           | 108,43  | 49          |
| 2   | Рыба, тушенная в томате с овощами       | 110/50  | 15,60   | 7,92   | 6,08            | 168,00  | 229         |
| 3   | Картофель отварной с маслом сливочным   | 150     | 2,89    | 5,66   | 19,99           | 150,00  | 125         |
| 4   | Хлеб пшеничный                          | 50      | 3,80    | 0,40   | 24,60           | 117,00  | 573         |
| 5   | Хлеб ржаной                             | 30      | 2,40    | 0,45   | 12,03           | 61,80   | 574         |
| 6   | Пирожки печеные из дрожжевого теста     | 50      | 2,67    | 2,25   | 14,92           | 90,83   | 535         |
| 7   | Чай с лимоном                           | 200     | 0,13    | 0,02   | 14,69           | 59,90   | 377         |
| <b>Второй Ужин</b>  |   |         |         |        |                 |         |             |
| 1   | Напиток кисломолочный                   | 180     | 5,22    | 4,50   | 7,20            | 90,00   | 386         |
| Медицинский работник<br>Зав. столовой<br>Ответственный по питанию |   |         |         |        |                 |         |             |

*Handwritten signatures and initials:*  
 [Signature] [Signature] [Signature] [Signature]  
 [Signature] [Signature] [Signature] [Signature]



