

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 "Керченский учебно-
 воспитательный комплекс-
 интернат-лицей"
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 2023г

Утверждаю
 Директор
 ООО "Традиции"
 г. Сиверополь
 А.В. Кордончик
 2023г.

Дата: 11.09.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход	Белки г	Жиры г	Углево-	ЭЦ ккал	№ рецепт
		г	всего	всего	ды г		
6 день (понедельник)							
<i>Второй Завтрак</i>							
1	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
<i>Обед</i>							
1	Салат из свежих помидоров со сладким	70	0,77	7,07	2,52	74,20	30
2	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Рыба припущенная	110	17,12	8,22	0,92	146,00	227
4	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	312
5	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
6	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
7	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	114,6	342
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-
 воспитательный комплекс-
 интернат-лицей"
 г.Керчь
 В.С. Арустамян
 " 11.09.2023г



Дата: 11.09.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего			
8 день (понедельник)							
<i>Завтрак</i>							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,4	12,2	32,6	271,4	182
3	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573
5	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	574
6	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<i>Второй Завтрак</i>							
1	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
<i>Обед</i>							
1	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	70	0,77	7,07	2,52	74,20	30
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Рыба припущенная	110	17,12	8,22	0,92	146,00	227
4	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	312
5	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
6	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
7	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	114,6	342
<i>Полдник</i>							
1	Кондитерское изделие	15	0,09	0,71	11,25	54,90	581
2	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
<i>Ужин</i>							
1	Овощи натуральные по сезону	70	0,77	0,14	2,66	15,40	71
2	Плов из птицы	200	18,01	8,95	36,45	298,67	291
3	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
4	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
5	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	410
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
<i>Второй Ужин</i>							
1	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	90,00	386
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							