

Фактическое ежедневное меню



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

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

Дата: 14.10.2023



Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 7-11 лет

| №   | Наименование блюда                     | Выход г | Белки г<br>всего | Жиры г<br>всего | Углево-<br>ды г | ЭЦ ккал | №<br>рецепт |
|---|--|---------|------------------|-----------------|-----------------|---------|-------------|
| <b>13 день (суббота)</b>  |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| <b>Завтрак</b>  |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| 1   | Масло сливочное (порциями)             | 10      | 0,08             | 7,25            | 0,13            | 66,00   | 14          |
| 2   | Икра кабачковая консервированная       | 60      | 1,14             | 5,34            | 4,62            | 70,80   | 150         |
| 3   | Макаронны отварные с сыром             | 200     | 13,54            | 15,92           | 34,11           | 334,40  | 204         |
| 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         |
| <b>Второй Завтрак</b>   |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| 1   | Кондитерское изделие                   | 10      | 0,39             | 3,06            | 6,25            | 54,10   | 580         |
| 2   | Кофейный напиток с молоком сгущенным   | 200     | 2,94             | 1,99            | 20,92           | 113,40  | 380         |
| <b>Обед</b>   |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| 1   | Овощи натуральные по сезону            | 70      | 0,77             | 0,14            | 2,66            | 15,40   | 71          |
| 2   | Суп картофельный с мясными             | 200     | 1,76             | 2,22            | 12,31           | 84,80   | 104         |
| 3   | Вареники с картофелем                  | 185/15  | 2,14             | 5,49            | 39,39           | 292,97  | 395         |
| 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   | Соки овощные, фруктовые и ягодные      | 200     | 1,00             | 0,00            | 20,20           | 84,80   | 389         |
| 7   | Фрукты свежие                          | 160     | 0,64             | 0,64            | 15,68           | 70,40   | 82          |
| <b>Полдник</b>  |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| 1   | Пудинг из творога со сгущенным молоком | 120/20  | 2,11             | 7,47            | 28,93           | 266,93  | 285         |
| 2   | Молоко кипяченое                       | 200     | 5,80             | 5,00            | 9,60            | 107,00  | 385         |
| <b>Ужин</b>   |  |         |                  |                 |                 |         |             |
| 1   | Салат "Польинский"                     | 70      | 0,77             | 7,07            | 2,59            | 77,00   | 27          |
| 2   | Печень тушенная в соусе                | 75/50   | 15,83            | 10,95           | 47,63           | 198,75  | 261/330     |
| 3   | Рис припущенный                        | 150     | 3,64             | 4,30            | 36,67           | 199,95  | 305         |
| 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   | Чай с сахаром                          | 200     | 0,20             | 0,10            | 9,30            | 38,00   | 457         |
| <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] Р.А. Губ  
 [Signature] Д.А. Кеев  
 [Signature] Ш.Ш. Шамалов Д.А.