

Фактическое ежедневное меню

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

2023г



Дата: 16.09.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего			
13 день (суббота)							
Завтрак							
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	Макароны 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
Второй Завтрак							
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
Обед							
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
Полдник							
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
Ужин							
1	Салат "Полюнский"	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
Второй Ужин							
1	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	90,00	386
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							