

Фактическое ежедневное меню

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

В.С. Арустамян
 В.С. Арустамян
 10 2023г

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

Дата: 04.10.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего			
3 день (среда)							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Икра кабачковая консервированная	70	1,33	6,23	5,39	82,60	150
3	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40	204
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382
Второй Завтрак							
1	Кондитерское изделие	20	0,12	0,94	15,00	73,20	581
2	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
3	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
Обед							
1	Овощи натуральные по сезону	100	1,12	0,10	3,50	20,00	71
2	Суп любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,00	155
3	Плов	250	27,48	2,82	43,37	370,00	265
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Полдник							
1	Сырники из творога со сгущенным	100/20	18,58	15,38	29,38	330,86	219
2	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
Ужин							
1	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	100	1,2	10,1	2,00	104,00	49
2	Котлета рыбная	120	14,74	18,01	17,78	292,36	234
3	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	312
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Ужин							
1	Напиток кисломолочный	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию <i>Т.А. Шималева</i>							

Фактическое ежедневное меню

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

В.С. Арустамян
 В.С. Арустамян
 10 2023г

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

Дата: 04.10.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего			
3 день (среда)							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Икра кабачковая консервированная	70	1,33	6,23	5,39	82,60	150
3	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40	204
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,60	382
Второй Завтрак							
1	Кондитерское изделие	20	0,12	0,94	15,00	73,20	581
2	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
3	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
Обед							
1	Овощи натуральные по сезону	100	1,12	0,10	3,50	20,00	71
2	Суп любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,00	155
3	Плов	250	27,48	2,82	43,37	370,00	265
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Полдник							
1	Сырники из творога со сгущенным	100/20	18,58	15,38	29,38	330,86	219
2	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
Ужин							
1	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	100	1,2	10,1	2,00	104,00	49
2	Котлета рыбная	120	14,74	18,01	17,78	292,36	234
3	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	312
4	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
5	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
6	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Ужин							
1	Напиток кисломолочный	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию <i>Т.А. Шималева</i>							