



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: 09.12.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево-ды г	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего			
<b>6 день (суббота)</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	90,00	15
3	Каша жидка с крупой кукурузной	250	7,67	3,67	46,17	258,33	277
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 сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<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	100	1,12	0,10	3,50	20,00	70
2	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,75	88
3	Шницель рыбный натуральный	120	13,40	16,39	16,17	266,18	235
4	Рис припущенный	160	3,88	4,59	39,11	213,28	305
5	Соус томатный с овощами	20	0,24	1,46	0,95	17,94	420
6	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
7	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
8	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	349
<b>Полдник</b>							
1	Оладьи из творога со сгущенным молоком	100/20	12,57	12,72	34,39	301,71	225
2	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Ужин</b>							
1	Салат из капусты белокачанной	100	1,5	6,0	8,4	94,0	1
2	Печень тушенная в соусе	90/50	17,72	12,26	53,34	222,60	261/330
3	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	180,00	125
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
<b>Второй Ужин</b>							
1	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						