

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: 17.11.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-ды г | ЭЦ ккал | № рецепт |
|--------------------------|---|---------|---------|--------|-------------|---------|----------|
| | | | всего | всего | | | |
| 12 день (пятница) | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 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 жидкая молочная из гречневой крупы | 250 | 10,82 | 15,46 | 41,88 | 351,19 | 183 |
| 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 | Ватрушка с творогом | 75 | 9,22 | 5,48 | 29,18 | 202,00 | 410 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 |
| 3 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 82 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы и моркови | 100 | 1,30 | 6,10 | 7,30 | 89,00 | 27 |
| 2 | Суп картофельный с крупой (рис) | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 | 101 |
| 3 | Птица запеченная | 100 | 9,11 | 2,35 | 0,45 | 298,18 | 288 |
| 4 | Капуста тушеная | 180 | 3,67 | 6,62 | 14,20 | 138,60 | 139 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 |
| 7 | Кисель из повидла, джема | 200 | 0,13 | 0,00 | 30,65 | 120,00 | 360 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | Кондитерское изделие | 20 | 1,50 | 1,96 | 14,88 | 83,00 | 582 |
| 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 | 389 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | Салат из капусты белокачанной | 100 | 1,5 | 6,0 | 8,4 | 94,0 | 1 |
| 2 | Гуляш из филе куриного в молочном соусе | 110 | 13,64 | 18,70 | 3,52 | 189,20 | 436 |
| 3 | Каша пшеничная рассыпчатая | 180 | 7,70 | 9,01 | 45,07 | 292,50 | 171 |
| 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 каркаде | 200 | 0,00 | 0,01 | 14,00 | 56,00 | 461 |
| 7 | Яблоки печеные | 75 | 0,27 | 0,26 | 26,76 | 107,00 | 372 |
| Второй Ужин | | | | | | | |
| 1 | Напиток кисломолочный | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | 386 |
| | Медицинский работник | | | | | | |
| | Зав. столовой | | | | | | |
| | Ответственный по питанию | | | | | | |

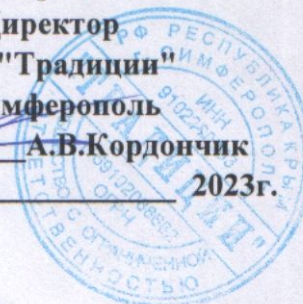
Фактическое ежедневное меню



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

г. Керчь
 В.С. Арустамян
 " " 2023г

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



Дата: 14.11.2023

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

| № | Наименование блюда | Выход г | Выход г | Белки | Жиры | Углев о-ды г | ЭЦ ккал | № рецеп |
|--------------------------|---------------------------------|------------|------------|-------|-------|-----------------|------------|------------|
| | | | | всего | всего | | | |
| 12 день (пятница) | | | | | | | | |
| Второй Завтрак | | | | | | | | |
| 1 | Ватрушка с творогом | 75 | 75 | 9,22 | 5,48 | 29,18 | 202,00 | 410 |
| 2 | Чай с сахаром | 200 | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 |
| 3 | Фрукты свежие | 100 | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 82 |
| Обед | | | | | | | | |
| 1 | Салат из свеклы и моркови | 100 | 100 | 1,30 | 6,10 | 7,30 | 89,00 | 27 |
| 2 | Суп картофельный с крупой (рис) | 250 | 250 | 1,97 | 2,71 | 12,11 | 85,75 | 101 |
| 3 | Птица запеченная | 100 | 100 | 9,11 | 2,35 | 0,45 | 298,18 | 288 |
| 4 | Капуста тушеная | 180 | 180 | 3,67 | 6,62 | 14,20 | 138,60 | 139 |
| 5 | Хлеб пшеничный | 60 | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 |
| 6 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 |
| 7 | Кисель из повидла, джема | 200 | 200 | 0,13 | 0,00 | 30,65 | 120,00 | 360 |
| | Медицинский работник | | | | | | | |
| | Зав. столовой | | | | | | | |
| | Ответственный по питанию | | | | | | | |