

Фактическое ежедневное меню



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

г. Керчь *А.В. Моусер*  
 В.С. Арустамия  
 " " " 2023г

Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Традиции"  
 г. Симферополь

*А.В. Кордончик*



Дата: *26.11.2023*

Сезон: Осенне - зимний Возрастная категория 12-18 лет

| №                           | Наименование блюда                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углево-<br>ды г | ЭЦ<br>ккал | №<br>рецепт |
|-----------------------------|--------------------------------------|---------|---------|--------|-----------------|------------|-------------|
|                             |                                      |         | всего   | всего  |                 |            |             |
| <b>7 день (воскресенье)</b> |                                      |         |         |        |                 |            |             |
| <b>Завтрак</b>              |                                      |         |         |        |                 |            |             |
| 1                           | Масло сливочное (порциями)           | 10      | 0,08    | 7,25   | 0,13            | 66,00      | 14          |
| 2                           | Яйца вареные                         | 40      | 5,08    | 4,60   | 0,28            | 63,00      | 209         |
| 3                           | Суп молочный с макаронными изделиями | 250     | 7,20    | 8,10   | 24,63           | 200,25     | 139         |
| 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                           | Какао с молоком                      | 200     | 4,08    | 3,54   | 17,58           | 118,60     | 382         |
| <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                           | Суп картофельный с рыбой             | 250     | 11,80   | 3,90   | 10,80           | 125,50     | 119         |
| 3                           | Бигус                                | 250     | 2,25    | 16,63  | 6,50            | 266,25     | 329         |
| 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                           | Кисель из повидла, джема             | 200     | 0,13    | 0,00   | 30,65           | 120,00     | 360         |
| <b>Полдник</b>              |                                      |         |         |        |                 |            |             |
| 1                           | Кондитерское изделие                 | 20      | 0,78    | 6,12   | 12,50           | 108,20     | 580         |
| 2                           | Соки овощные, фруктовые и ягодные    | 200     | 1,00    | 0,00   | 20,20           | 84,80      | 389         |
| <b>Ужин</b>                 |                                      |         |         |        |                 |            |             |
| 1                           | Салат из свеклы отварной             | 100     | 1,4     | 6,0    | 8,3             | 92,8       | 52          |
| 3                           | Шницель натуральный рубленый         | 100     | 17,29   | 35,79  | 8,23            | 426,25     | 267         |
| 4                           | Каша пшеничная рассыпчатая           | 180     | 7,70    | 9,01   | 45,07           | 292,50     | 171         |
| 4                           | Соус томатный с овощами              | 20      | 0,24    | 1,46   | 0,95            | 17,94      | 420         |
| 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                           | Чай с сахаром                        | 200     | 0,20    | 0,10   | 9,30            | 38,00      | 457         |
| <b>Второй Ужин</b>          |                                      |         |         |        |                 |            |             |
| 1                           | Напиток кисломолочный                | 200     | 5,80    | 5,00   | 8,00            | 100,00     | 386         |
|                             | Медицинский работник                 |         |         |        |                 |            |             |
|                             | Зав. столовой                        |         |         |        |                 |            |             |
|                             | Ответственный по питанию             |         |         |        |                 |            |             |

*(С.А. Гусев)*  
*(С.А. Гусев)*  
*(П.А. Шиманов)*