

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 "Керченский учебно-воспитательный
 комплекс-интернат-лицей"
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 03 2026г



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное
 питание"
 г. Симферополь
 Ю.В. Евсюков
 04 2026г.

Дата: 04.03.2026

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
10 день						
Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	115/15	19,00	14,37	36,40	351,00
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
Обед						
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Полдник						
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
545	Сдоба обыкновенная	50	4,00	1,40	23,90	124,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
Ужин						
52	Салат из квашенной капусты	80	1,28	4,08	6,16	66,40
347	Котлеты "Школьные"	90	16,83	12,10	14,63	234,30
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(ПР)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
Второй ужин дополнительно						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник						
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						