

Фактическое ежедневное меню



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

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



Дата: 22.05.2026

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего		всего			
5 день								
Завтрак								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08		7,25		0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55		20,60		1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	200/5	7,63		12,52		33,45	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
467	Напиток из цикория	180	4,05		3,33		16,29	111,60
Обед								
85	Салат "Любительский"	80	1,44		8,08		5,68	100,80
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39		4,22		13,23	118,60
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
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60		0,10		20,10	84,00
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								
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64		0,08		1,36	8,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	120	20,48		14,24		9,44	248,00
142	Картофель и овощи, тушеные в соусе	150	3,26		12,59		22,66	216,00
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
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18		0,94		15,00	73,20
Второй ужин дополнительно								
457	Чай с сахаром	200	0,20		0,10		9,30	38,0
Медицинский работник			[Signature]					
Зав. столовой			[Signature]					
Ответственный по питанию			[Signature]					