

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
Директор ГБОУ РК  
"Керченский учебно-воспитательный  
комплекс-интернат-лицей"  
г. Керчь  
В.С. Арустамян  
2025г



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
2025г.

Дата: 23.09.2025

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                                               | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- | ЭЦ, ккал |
|---------|------------------------------------------------------------------|----------|----------|---------|---------|----------|
|         |                                                                  |          | всего    | всего   | ды, г   |          |
|         | <b>9 день</b>                                                    |          |          |         |         |          |
|         | <b>Завтрак</b>                                                   |          |          |         |         |          |
| 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 рисовая                                     | 200/5    | 4,98     | 10,52   | 32,62   | 245,02   |
| 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                                                  | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80   | 94,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                                            |          |          |         |         |          |
| 581(пр) | Кондитерские изделия                                             | 20       | 1,18     | 0,94    | 15,00   | 73,20    |
| 385     | Молоко кипяченое                                                 | 200      | 5,80     | 5,00    | 9,60    | 107,00   |
|         | <b>Обед</b>                                                      |          |          |         |         |          |
| 71      | Овощи натуральные по сезону                                      | 80       | 0,64     | 0,08    | 1,36    | 8,00     |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                         | 200/5    | 1,48     | 4,03    | 8,96    | 85,08    |
| 299     | Рыба, тушеная в томате с овощами                                 | 150      | 14,68    | 2,46    | 7,18    | 110,36   |
| 309     | Макаронные изделия отварные с м/с                                | 150      | 5,52     | 4,52    | 26,45   | 168,45   |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                                                   | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60   | 117,00   |
| 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    |
|         | <b>Полдник</b>                                                   |          |          |         |         |          |
| 338     | Плоды свежие                                                     | 170      | 0,68     | 0,68    | 16,66   | 79,90    |
| 389     | Сок фруктовый                                                    | 200      | 1,00     | 0,00    | 20,20   | 84,80    |
|         | <b>Ужин</b>                                                      |          |          |         |         |          |
| 36      | Салат "Школьные годы" (огурцы свежие, капуста б/к, помидоры св.) | 80       | 1,20     | 8,08    | 3,52    | 92,00    |
| 389     | Котлеты "Самарская аппетитка"                                    | 90       | 19,44    | 16,38   | 6,84    | 252,00   |
| 125     | Картофель отварной с маслом сливочным                            | 180      | 3,46     | 6,79    | 23,98   | 180,0    |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                                                   | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60   | 117,00   |
| 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    |
|         | <b>Второй ужин</b>                                               |          |          |         |         |          |
| 386     | Кисломолочный напиток                                            | 200      | 6,00     | 1,00    | 8,00    | 65,00    |

Медицинский работник  
Зав. столовой  
Ответственный по питанию

Руденко АА ГИ  
Руденко АА ГИ  
Михайлова ТА ГИ



Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
Директор ГБОУ РК  
"Керченский учебно-воспитательный  
комплекс-интернат-лицей"  
г. Керчь  
В.С. Арустамян  
2025г



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
2025г.

Дата: 23.09.2025

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                       | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|---------|------------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|----------|
|         |                                          |          | всего    | всего   |                  |          |
|         | 7 день                                   |          |          |         |                  |          |
|         | Завтрак                                  |          |          |         |                  |          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 66,00    |
| 215     | Омлет паровой                            | 75       | 8,96     | 14,71   | 1,28             | 173,75   |
| 182     | Каша жидкая молочная рисовая             | 210/5    | 5,22     | 11,04   | 34,22            | 256,98   |
| 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                          | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 94,00    |
|         | Второй Завтрак                           |          |          |         |                  |          |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                     | 15       | 0,89     | 0,71    | 11,25            | 54,90    |
| 386     | Кисломолочный напиток                    | 200      | 6,00     | 1,00    | 8,00             | 65,00    |
|         | Обед                                     |          |          |         |                  |          |
| 71      | Овощи натуральные по сезону              | 80       | 0,64     | 0,08    | 1,36             | 8,00     |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5    | 1,48     | 4,03    | 8,96             | 85,08    |
| 299     | Рыба, тушеная в томате с овощами         | 150      | 14,68    | 2,46    | 7,18             | 110,36   |
| 309     | Макаронные изделия отварные с м/с        | 150      | 5,52     | 4,52    | 26,45            | 168,45   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60            | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 30       | 2,04     | 0,39    | 11,94            | 59,40    |
| 389     | Сок фруктовый                            | 200      | 0,60     | 0,00    | 35,00            | 142,40   |
|         | Медицинский работник                     |          |          |         |                  |          |
|         | Зав. столовой                            |          |          |         |                  |          |
|         | Ответственный по питанию                 |          |          |         |                  |          |