

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 № Директора ГБОУ РК
 "Керченский учебно-воспитательный
 комплекс-интернат-лицей"
 г. Керчь *М. Маузер*
 В.С. Арустамян
 2026г

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



Дата: *06.04.2026*

Меню

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день						
Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	220/5	8,05	12,56	39,70	305,36
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
Обед						
27	Салат из свеклы и моркови	100	1,30	6,10	7,30	89,00
155	Суп Любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,00
331	Бифштекс рубленый паровой	100	20,00	13,57	0,00	202,86
309	Макаронные изделия отварные	180	6,62	5,42	31,73	202,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
Полдник						
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
614	Булочка "Ароматная"	60	4,68	5,76	36,24	216,00
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
Ужин						
70	Овощи натуральные по сезону	100	1,12	0,10	3,50	20,00
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,75
310	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
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						
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						

Спонсор ГА
Спонсор ГА
Министр ГА