

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
 03 2026г.

Дата: 10.03.2026

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
2 день						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	140/20	23,38	17,69	44,80	432,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	220/5	9,74	13,92	37,69	316,07
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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	1,12	0,10	3,50	20,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
265	Плов	300	25,24	56,34	51,78	816,00
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
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
<i>Полдник</i>						
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<i>Ужин</i>						
52	Салат из квашенной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00
411	Оладьи из печени по - кунцевски	130	26,78	18,46	24,70	371,80
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<i>Второй ужин</i>						
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(ПР)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник			[Signature]			
Зав. столовой			[Signature]			
Ответственный по питанию			[Signature]			