Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"
г.Керчь
_____ В.С. Арустамян
"12" 05 2026г

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Сбалансированное питание"
г.Симферополь
_____ Ю.В. Евсюков
"12" 05 2026г.

Дата: 12.05.2026

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	7 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
232	Каша пшеничная молочная жидкая	220/5	8,19	7,29	39,80	257,49
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
467	Напиток из цикория	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	Обед					
95	Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,00
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
333	Рыба запеченная	150	24,30	22,20	0,66	324,00
462	Рис, припущенный с томатом	180	4,56	6,48	46,68	264,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	60	4,08	0,78	23,88	118,80
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Полдник					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Ужин					
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	280,00
310	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,8
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
	Второй ужин					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
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	