

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
 "13" 02 2026г.
 Дата: 13.02.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
5 день								
<i>Завтрак</i>								
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	220/5	8,38	13,75	36,72	305,36		
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		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<i>Второй Завтрак</i>								
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,80		
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00		
<i>Обед</i>								
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00		
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,25		
440	Плов из птицы	280	28,93	34,53	51,71	632,80		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00		
<i>Полдник</i>								
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<i>Ужин</i>								
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	90,00		
346	Котлеты "Золотая рыбка"	140	23,89	16,61	11,01	289,33		
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<i>Второй ужин</i>								
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00		

Медицинский работник
 Зав. столовой
 Ответственный по питанию

Медицинский работник
Зав. столовой
Ответственный по питанию

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 "Керченский учебно-воспитательный
 комплекс-интернат-лицей"
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 02 2026г



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное
 питание"
 г. Симферополь
 Ю.В. Евсюков
 02 2026г.

Дата: 13.02.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 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	200	7,45	12,22	32,64	271,43
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
338	Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
Медицинский работник			<i>Людмила ВА</i>			
Зав. столовой			<i>Людмила ВА</i>			
Ответственный по питанию			<i>Михаил ТА</i>			

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: 13.02.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
5 день (пятница)						
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,25
440	Плов из птицы	280	28,93	34,53	51,71	632,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
Медицинский работник			<i>Кривоносова</i>			
Зав. столовой			<i>Кривоносова</i>			
Ответственный по питанию			<i>Мельникова</i>			