

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: 20012026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

| № рецепта                | Наименование блюда                    | Выход, г | Белки, г  | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------------------------|---------------------------------------|----------|-----------|---------|------------------|----------|
|                          |                                       |          | всего     | всего   |                  |          |
| <b>1 день</b>            |                                       |          |           |         |                  |          |
| <b>Завтрак</b>           |                                       |          |           |         |                  |          |
| 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 пшенная с м/с    | 220/5    | 8,05      | 12,56   | 39,70            | 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    |
| 459                      | Чай с лимоном                         | 200      | 0,30      | 0,10    | 9,50             | 40,00    |
| <b>Второй завтрак</b>    |                                       |          |           |         |                  |          |
| 581(ПР)                  | Кондитерские изделия                  | 30       | 1,77      | 1,41    | 22,50            | 109,80   |
| 379                      | Кофейный напиток с молоком            | 200      | 3,17      | 2,68    | 15,95            | 10,06    |
| <b>Обед</b>              |                                       |          |           |         |                  |          |
| 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   |
| 125                      | Картофель отварной с маслом сливочным | 180      | 3,46      | 6,79    | 23,98            | 180,0    |
| 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    |
| <b>Полдник</b>           |                                       |          |           |         |                  |          |
| 338                      | Плоды свежие                          | 180      | 0,72      | 0,72    | 17,64            | 84,60    |
| 389                      | Сок фруктовый                         | 200      | 1,00      | 0,00    | 20,20            | 84,80    |
| <b>Ужин</b>              |                                       |          |           |         |                  |          |
| 70                       | Овощи натуральные по сезону           | 100      | 0,80      | 0,10    | 1,70             | 10,00    |
| 299                      | Рыба, тушеная в томате с овощами      | 175      | 17,13     | 2,88    | 8,38             | 128,75   |
| 309                      | Макаронные изделия отварные с м/с     | 180      | 6,62      | 5,42    | 31,73            | 202,14   |
| 573(ПР)                  | Хлеб пшеничный                        | 70       | 5,32      | 0,56    | 34,44            | 163,8    |
| 575(ПР)                  | Хлеб ржано-пшеничный                  | 40       | 2,72      | 0,52    | 15,92            | 79,2     |
| 457                      | Чай с сахаром                         | 200      | 0,20      | 0,10    | 9,30             | 38,0     |
| <b>Второй ужин</b>       |                                       |          |           |         |                  |          |
| 386                      | Кисломолочный напиток                 | 200      | 6,00      | 1,00    | 8,00             | 65,00    |
| Медицинский работник     |                                       |          | [Подпись] |         |                  |          |
| Зав. столовой            |                                       |          | [Подпись] |         |                  |          |
| Ответственный по питанию |                                       |          | [Подпись] |         |                  |          |

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченский учебно-воспитательный  
 комплекс-интернат-лицей"  
 г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 " 26 " 01 2026г

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Сбалансированное  
 питание"  
 г. Симферополь  
 Ю.В. Евсюков  
 " 26 " 01 2026г.



Дата: 26.01.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

| № рец                           | Наименование блюда             | Выход, г | Белки, г           | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|---------------------------------|--------------------------------|----------|--------------------|---------|------------------|----------|
|                                 |                                |          | всего              | всего   |                  |          |
| <b>1 день</b>                   |                                |          |                    |         |                  |          |
| <b>Завтрак</b>                  |                                |          |                    |         |                  |          |
| 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 | 200      | 7,15               | 11,16   | 35,29            | 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    |
| 459                             | Чай с лимоном                  | 200      | 0,30               | 0,10    | 9,50             | 40,00    |
| <b>Медицинский работник</b>     |                                |          | <i>[Signature]</i> |         |                  |          |
| <b>Зав. столовой</b>            |                                |          | <i>[Signature]</i> |         |                  |          |
| <b>Ответственный по питанию</b> |                                |          | <i>[Signature]</i> |         |                  |          |

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченский учебно-воспитательный  
 комплекс-интернат-лицей"  
 г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 "26" 01 2026г

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Сбалансированное  
 питание"  
 г. Симферополь  
 Ю.В. Евсюков  
 "26" 01 2026г.  
 Дата: 26 01 2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

| № рец                       | Наименование блюда                    | Выход, г | Белки, г   | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|-----------------------------|---------------------------------------|----------|------------|---------|------------------|----------|
|                             |                                       |          | всего      | всего   |                  |          |
| <b>1 день (понедельник)</b> |                                       |          |            |         |                  |          |
| <i>Обед</i>                 |                                       |          |            |         |                  |          |
| 30                          | Салат из свеклы с зеленым горошком    | 100      | 1,50       | 6,20    | 7,60             | 92,0     |
| 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   |
| 125                         | Картофель отварной с маслом сливочным | 180      | 3,46       | 6,79    | 23,98            | 180,0    |
| 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    |
| 581(ПР)                     | Кондитерские изделия                  | 25       | 1,48       | 1,18    | 18,75            | 91,50    |
| 495                         | Компот из смеси сухофруктов           | 200      | 0,60       | 0,10    | 20,10            | 84,00    |
| Медицинский работник        |                                       |          | Дурсево ВА |         |                  |          |
| Зав. столовой               |                                       |          | Дурсево ВА |         |                  |          |
| Ответственный по питанию    |                                       |          | Минюшев ВА |         |                  |          |