

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Керченский учебно-воспитательный
комплекс-интернат-лицей"
г. Керчь
В.С. Арустамян
09 2025г



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Сбалансированное
питание"
г. Симферополь
Е.В. Евсюкова
09 2025г.

Дата: 22.09.2025

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- 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	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 Завтрак					
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
	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
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
	Полдник					
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин					
71	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
	Второй ужин					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00

Медицинский работник

Зав. столовой

Ответственный по питанию

Вручено АА ЗМ
Вручено АА ЗМ
Инициалы АА ЗМ

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- 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	7,87	12,28	38,81	298,57
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Второй Завтрак						
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
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	110	22,00	14,93	0,00	223,14
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
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Медицинский работник			Директор ОА МЗ Директор ОА ОЛ Министр ОА МЗ			
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						