

Фактическое ежедневное меню



Утверждено
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-
 воспитательный комплекс
 «Гернат-лицей»
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 " 30 " 09 2024г



Утверждаю
 Директор
 ООО "Сбалансированное питание"
 г. Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 " 30 " 09 2024г.

Дата: 30.09.2024

Сезон: Осенний Возрастная категория 3- 6 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углево- ды г	ЭЦ ккал	№ рецепту ры
			всего	всего			
1 день / понедельник /							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	5	0,04	3,63	0,07	33,00	14
2	Икра кабачковая консервированная	50	1,37	3,59	7,27	66,90	ПР
3	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	ПР
6	Хлеб ржаной	30	1,68	0,33	14,82	68,97	ПР
7	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Завтрак							
1	Кондитерское изделие	20	0,13	0,00	16,00	64,51	ПР
2	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
Обед							
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,56	0,05	1,75	10,00	71
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	80	10,41	14,44	5,89	194,91	297
4	Рагу из овощей	150	25,29	1,57	12,29	202,86	143
5	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,14	ПР
6	Хлеб ржаной	20	1,12	0,22	9,88	45,98	ПР
7	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0,00	15,15	63,60	389
Полдник							
1	Овощи натуральные по сезону	50	0,56	0,05	1,75	10,00	71
2	Вареники с картофелем	125/15	15,00	3,84	27,58	205,08	395
3	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
4	Плоды свежие	100	1,50	0,50	21,00	96,00	338
Медицинский работник Зав. столовой Ответственный по питанию							
[Подписи: Е.В. Евсюкова, В.С. Арустамян, Тасарова С.В.]							