

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор ГБОУ РК

"Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"

г. Керчь

В.С. Арустамян

2024г



Дата: 02.12.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 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)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00	15
3	Каша молочная овсяная	200	7,4	12,2	32,6	271,4	182
4	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
5	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573
6	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	574
7	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Завтрак							
1	Фрукты свежие	185	0,74	0,74	18,13	81,40	82
Обед							
1	Овощи натуральные по сезону	70	0,78	0,07	2,45	14,00	71
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	90	14,32	19,86	8,10	268,00	297
4	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,46	5,79	30,46	195,71	203
5	Соус томатный с овощами	20	0,24	1,46	0,95	17,94	420
6	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
7	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
8	Соки фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Полдник							
1	Кондитерское изделие	15	0,59	4,59	9,38	81,15	580
2	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
Ужин							
1	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	70	0,84	7,07	1,40	72,80	49
2	Рыба, тушенная в томате с овощами	110/50	15,60	7,92	6,08	168,00	229
3	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,89	5,66	19,99	150,00	125
4	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
5	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
6	Пирожки печеные из дрожжевого теста	50	2,67	2,25	14,92	90,83	535
7	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Ужин							
1	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	90,00	386
Медицинский работник			<p><i>Курченко АА ЗИ</i> <i>Курченко АА ЗИ</i> <i>Минина ДА ЗИ</i></p>				
Зав.столовой							
Ответственный по питанию							

Фактическое ежедневное меню



Согласовано

Директор ГБОУ РК

"Керченский учебно-воспитательный комплекс интернат-лицей"

г. Керчь

В.С. Арустамян

12 2024г

Дата: 02.12.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	№ рецепту ры	
			всего	всего				
1 день (понедельник)								
Завтрак								
1	Овощи натуральные по сезону	70	0,78	0,07	2,45	14,00	71	
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102	
3	Фрикадельки из кур или бройлеров-цыплят	90	14,32	19,86	8,10	268,00	297	
4	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,46	5,79	30,46	195,71	203	
5	Соус томатный с овощами	20	0,24	1,46	0,95	17,94	420	
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573	
7	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574	
8	Соки фруктовые и ягодные	180	0,90	0,00	18,18	76,32	389	
	Медицинский работник		Арустамян В.С.					
	Зав.столовой		Арустамян В.С.					
	Ответственный по питанию		Минашвили Т.А.					