

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"  
 г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 2024г



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

Дата: 18.11.2024

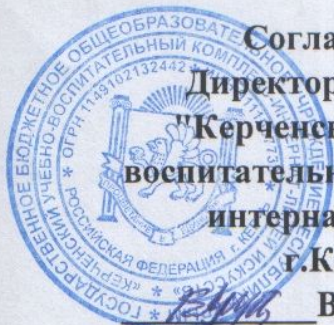
Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

| №                           | Наименование блюда                                   | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод | ЭЦ ккал | № рецептурны |
|-----------------------------|--|---------|---------|--------|---------|---------|--------------|
|                             |  |         | всего   | всего  | ы г     |         |              |
| <b>1 день (понедельник)</b> |  |         |         |        |         |         |              |
| <b>Завтрак</b>              |  |         |         |        |         |         |              |
| 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          |
| <b>Второй Завтрак</b>       |  |         |         |        |         |         |              |
| 1                           | Фрукты свежие  | 185     | 0,74    | 0,74   | 18,13   | 81,40   | 82           |
| <b>Обед</b>                 |  |         |         |        |         |         |              |
| 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          |
| <b>Полдник</b>              |  |         |         |        |         |         |              |
| 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          |
| <b>Ужин</b>                 |  |         |         |        |         |         |              |
| 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          |
| <b>Второй Ужин</b>          |  |         |         |        |         |         |              |
| 1                           | Напиток кисломолочный                                | 180     | 5,22    | 4,50   | 7,20    | 90,00   | 386          |
|                             | Медицинский работник                                 |         |         |        |         |         |              |
|                             | Зав. столовой  |         |         |        |         |         |              |
|                             | Ответственный по питанию                             |         |         |        |         |         |              |

Людико А.Р. З.В.  
 Людико А.Р. З.В.  
 Шумилов Т.А. З.В.



Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"

г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 2024г



Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Сбалансированное питание"

г. Симферополь  
 Е.В. Евсюкова  
 2024г.

Дата: 18.11.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

| 1 день / понедельник |   |         |                  |        |                |            |                    |  |
|----------------------|---|---------|------------------|--------|----------------|------------|--------------------|--|
| №                    | Наименование блюда                      | Выход г | Белки г          | Жиры г | Углевод<br>ы г | ЭЦ<br>ккал | №<br>рецепт<br>уры |  |
|                      |   |         | всего            | всего  |                |            |                    |  |
| <b>Обед</b>          |   |         |                  |        |                |            |                    |  |
| 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                    |         | Гуденко Д.В. ДК  |        |                |            |                    |  |
|                      | Зав. столовой                           |         | Гуденко Д.В. ДК  |        |                |            |                    |  |
|                      | Ответственный по питанию                |         | Шиманова Т.А. ДК |        |                |            |                    |  |