

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ФБОУ 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: 19.10.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод	ЭЦ ккал	№ рецепта
			всего	всего	ы г		
<b>6 день (суббота)</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 жидкая с крупой кукурузной	250	7,67	3,67	46,17	258,33	277
4	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573
5	Хлеб ржаной	20	1,60	0,30	8,02	41,20	574
6	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Второй завтрак</b>							
1	Фрукты свежие	185	0,74	0,74	18,13	81,40	82
<b>Обед</b>							
1	Салат из моркови с зел. гор-ом	70	1,36	4,27	4,06	60,20	25
2	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,80	88
3	Шницель рыбный натуральный	110	12,28	15,02	14,82	244,00	235
4	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	199,95	305
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	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,80	349
<b>Полдник</b>							
1	Оладьи из творога со сгущенным молоком	100/20	12,57	12,72	34,39	301,71	225
2	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Ужин</b>							
1	Овощи натуральные по сезону	70	0,78	0,07	2,45	14,00	71
2	Мясо тушёное	125	20,00	18,75	6,25	273,75	321
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	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
<b>Второй Ужин</b>							
1	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						

Подпись АД РК  
 Подпись АД РК  
 Подпись Т.А. [подпись]