

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор ГБОУ РК

"Керченский учебно-
воспитательный комплекс-
интернат-лицей"

г.Керчь

В.С. Арустамян

03 2025г



Утверждаю

Директор

ООО "Сбалансированное питание"

г.Симферополь

Е.В.Евсюкова

2025г.

Дата:

22.03.2025

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	13 день (суббота)					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,08
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак					
410	Ватрушки с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
	Обед					
70	Овощи натуральные по сезону	70	0,56	0,07	1,19	7,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,94	4,76	6,32	76,00
395	Вареники с картофелем	200	21,43	5,49	39,39	292,97
433	Сметана 15 %	10	0,24	1,50	0,32	15,75
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник					
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин					
16	Салат из соленых огурцов с луком	70	0,56	4,20	1,82	47,60
333	Рыба запеченная	120	19,44	17,76	0,52	259,20
241	Рис с овощами	150	4,15	2,65	35,50	182,31
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200/10/7	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин					
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20

Медицинский работник

Зав. столовой

Ответственный по питанию

Подписи:
Директор ГБОУ РК
Директор ООО "Сбалансированное питание"
Е.В.Евсюкова