



Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор ГБОУ РК
Женский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"
г. Керчь
В.С. Арустамян
" 25 " 11 2024г



Утверждаю
Директор
ООО "Сбалансированное питание"
г. Симферополь
Е.В. Евсюкова
" 25 " 11 2024г.

Дата: 25.11.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углерод	ЭЦ ккал	№ рецепта
			всего	всего	ы г		
8 день (понедельник)							
Завтрак							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Каша жидкая молочная рисовая	200	7,4	12,2	32,6	271,4	182
3	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
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
Второй Завтрак							
1	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
Обед							
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,63	7,07	2,03	74,20	27
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102
3	Рыба припущенная	110	17,12	8,22	0,92	146,00	227
4	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	312
5	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
6	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
7	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	114,6	342
Полдник							
1	Кондитерское изделие	15	0,09	0,71	11,25	54,90	581
2	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Ужин							
1	Салат из моркови	70	0,84	4,20	7,84	72,80	21
2	Плов из птицы	200	18,01	8,95	36,45	298,67	291
3	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573
4	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
5	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00	410
6	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Второй Ужин							
1	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,20	90,00	386
Медицинский работник			Зурченко ИВ				
Зав. столовой			Зурченко ИВ				
Ответственный по питанию			Машакина ТА				

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-воспитательный комплекс
 «Интернат-лицей»
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 " 25 " и 2024г



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

Дата: 25.11.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 7-11 лет

6 день (посреда)								
№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	ЭЦ ккал	№ рецепт уры	
			всего	всего				
Обед								
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,63	7,07	2,03	74,20	27	
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	200	4,39	4,22	13,23	118,60	102	
3	Рыба припущенная	110	17,12	8,22	0,92	146,00	227	
4	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	312	
5	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00	573	
6	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574	
7	Компот из свежих плодов	180	0,1	0,1	25,1	103,1	342	
	Медицинский работник		Ауденко АА Зн					
	Зав. столовой		Ауденко АА Зн					
	Ответственный по питанию		Михайлова ТА мф					