

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"  
 г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 " 02 " 10 2024г



Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Сбалансированное питание"  
 г. Симферополь  
 Е.В. Евсюкова  
 " 02 " 10 2024г.

Дата: 02.10.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

| №                        | Наименование блюда                      | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод<br>ы г | ЭЦ<br>ккал | №<br>рецепт<br>улы |
|--------------------------|---|---------|---------|--------|----------------|------------|--------------------|
|                          |   |         | всего   | всего  |                |            |                    |
| <b>3 день (. Среда)</b>  |   |         |         |        |                |            |                    |
| <b>Завтрак</b>           |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Масло сливочное (порциями)              | 10      | 0,08    | 7,25   | 0,13           | 66,00      | 14                 |
| 2                        | Икра кабачковая консервированная        | 70      | 1,33    | 6,23   | 5,39           | 82,60      | 150                |
| 3                        | Макароны отварные с сыром               | 200     | 13,54   | 15,92  | 34,11          | 334,40     | 204                |
| 4                        | Хлеб пшеничный                          | 60      | 4,56    | 0,48   | 29,52          | 140,40     | 573                |
| 5                        | Хлеб ржаной                             | 40      | 3,20    | 0,60   | 16,04          | 82,40      | 574                |
| 6                        | Чай с шиповником                        | 200     | 0,40    | 0,10   | 18,40          | 77,00      | 579                |
| <b>Второй Завтрак</b>    |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Кондитерское изделие                    | 20      | 0,12    | 0,94   | 15,00          | 73,20      | 581                |
| 2                        | Чай с сахаром                           | 200     | 0,20    | 0,10   | 9,30           | 38,00      | 457                |
| 3                        | Фрукты свежие                           | 160     | 0,64    | 0,64   | 15,68          | 70,40      | 82                 |
| <b>Обед</b>              |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Овощи натуральные по сезону             | 100     | 1,12    | 0,10   | 3,50           | 20,00      | 71                 |
| 2                        | Суп любительский                        | 250     | 5,90    | 2,60   | 25,30          | 149,00     | 155                |
| 3                        | Плов                                    | 250     | 27,48   | 2,82   | 43,37          | 370,00     | 265                |
| 4                        | Хлеб пшеничный                          | 60      | 4,56    | 0,48   | 29,52          | 140,40     | 573                |
| 5                        | Хлеб ржаной                             | 40      | 3,20    | 0,60   | 16,04          | 82,40      | 574                |
| 6                        | Соки овощные, фруктовые и ягодные       | 200     | 1,00    | 0,00   | 20,20          | 84,80      | 389                |
| <b>Полдник</b>           |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Сырники из творога со сгущенным молоком | 100/20  | 18,58   | 15,38  | 29,38          | 330,86     | 219                |
| 2                        | Молоко кипяченое                        | 200     | 5,80    | 5,00   | 9,60           | 107,00     | 385                |
| <b>Ужин</b>              |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Салат витаминный                        | 100     | 2,60    | 6,22   | 22,15          | 154,90     | 49                 |
| 2                        | Котлета рыбная                          | 120     | 14,74   | 18,01  | 17,78          | 292,36     | 234                |
| 3                        | Пюре картофельное                       | 180     | 3,68    | 5,76   | 24,53          | 164,70     | 312                |
| 4                        | Хлеб пшеничный                          | 60      | 4,56    | 0,48   | 29,52          | 140,40     | 573                |
| 5                        | Хлеб ржаной                             | 40      | 3,20    | 0,60   | 16,04          | 82,40      | 574                |
| 6                        | Чай с лимоном                           | 200     | 0,13    | 0,02   | 14,69          | 59,90      | 377                |
| <b>Второй Ужин</b>       |   |         |         |        |                |            |                    |
| 1                        | Напиток кисломолочный                   | 200     | 5,80    | 5,00   | 8,00           | 100,00     | 386                |
| Медицинский работник     |   |         |         |        |                |            |                    |
| Зав. столовой            |   |         |         |        |                |            |                    |
| Ответственный по питанию |   |         |         |        |                |            |                    |

Фактическое ежедневное меню



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

*В.С. Арустамян*  
 В.С. Арустамян  
 " 02 " 10 2024г



Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Сбалансированное питание"  
 г. Симферополь

Е.В. Евсюкова  
 " 02 " 10 2024г.

Дата: 02.10.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

| 3 день <i>(среда)</i> |                             |         |                     |        |            |         |             |  |
|-----------------------|-----------------------------|---------|---------------------|--------|------------|---------|-------------|--|
| №                     | Наименование блюда          | Выход г | Белки г             | Жиры г | Углеводы г | ЭЦ ккал | № рецептуры |  |
|                       |                             |         | всего               | всего  |            |         |             |  |
| <b>Обед</b>           |                             |         |                     |        |            |         |             |  |
| 1                     | Овощи натуральные по сезону | 100     | 1,12                | 0,10   | 3,50       | 20,00   | 71          |  |
| 2                     | Суп любительский            | 250     | 5,90                | 2,60   | 25,30      | 149,00  | 155         |  |
| 3                     | Плов                        | 250     | 27,48               | 28,15  | 43,37      | 370,00  | 265         |  |
| 4                     | Хлеб пшеничный              | 40      | 3,04                | 0,32   | 19,68      | 93,60   | 573         |  |
| 5                     | 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         |  |
| 7                     | Кондитерское изделие        | 25      | 1,88                | 2,45   | 18,60      | 103,75  | 582         |  |
|                       | Медицинский работник        |         | <i>Шурико АА Др</i> |        |            |         |             |  |
|                       | Зав. столовой               |         | <i>Шурико АА Др</i> |        |            |         |             |  |
|                       | Ответственный по питанию    |         | <i>Шурико АА Др</i> |        |            |         |             |  |