

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. Гвсюкова  
 2024г.

Дата: 09.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	ЭЦ ккал	№ рецепт улы
			всего	всего			
<b>8 день (понедельник)</b>							
<b>Завтрак</b>							
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
4	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69	210
5	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
6	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
7	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Второй Завтрак</b>							
1	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,90	10,10	2,90	106,00	27
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,49	5,27	16,54	148,25	102
3	Рыба припущенная	120	18,68	8,97	1,00	159,27	227
4	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70	312
5	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
6	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
7	Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	27,9	114,6	342
<b>Полдник</b>							
1	Кондитерское изделие	20	0,12	0,94	15,00	73,20	581
2	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
<b>Ужин</b>							
1	Салат из моркови	100	1,20	6,00	11,20	104,00	21
2	Плов из птицы	250	22,52	11,18	45,57	373,33	291
3	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
4	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	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
<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  
 " " " 2024г

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

Дата: 09.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

6 день (позднее меню)							
№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	ЭЦ ккал	№ рецепт уры
			всего	всего			
<b>Обед</b>							
1	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,90	10,10	2,90	106,00	27
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,49	5,27	16,54	148,25	102
3	Рыба припущенная	130	20,23	9,71	1,09	172,55	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
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						