

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: 11.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод	ЭЦ ккал	№ рецепт
			всего	всего	ы г		
10 день (среда)							
Завтрак							
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	Вареники с картофелем	200	2,14	5,49	39,39	292,97	395
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
Второй Завтрак							
1	Бутерброд с сыром	35	3,1	2,6	9,8	75,6	13
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
Обед							
1	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,0	8,3	92,8	52
2	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	2,57	2,78	15,69	109,00	112
3	Котлеты домашние	100	12,15	2,32	9,15	293,48	271
4	Каша гречневая рассыпчатая	160	8,85	9,55	39,86	280,00	171
5	Соус томатный с овощами	20	0,24	1,46	0,95	17,94	420
6	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40	573
7	Хлеб ржаной	40	3,20	0,60	16,04	82,40	574
8	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
Полдник							
1	Крендель сахарный	75	5,31	9,86	41,81	277,50	415
2	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00	385
Ужин							
1	Овощи натуральные по сезону	100	1,10	0,20	3,80	22,00	71
2	Рагу из птицы	250	1,71	16,10	21,71	300,00	289
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	Чай с лимоном	200	0,13	0,02	14,69	59,90	377
Второй Ужин							
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: 11.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

8 день /среда/							
№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	ЭЦ ккал	№ рецепт уры
			всего	всего			
<i>Обед</i>							
1	Салат из свеклы отварной	100	1,4	6,0	8,3	92,8	52
2	Суп с мак-ми изделиями и картофелем	250	2,57	2,78	15,69	109,00	112
3	Котлеты домашние	110	13,37	2,55	10,07	322,83	271
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00	171
5	Соус томатный с овощами	20	0,24	1,46	0,95	17,94	420
6	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60	573
7	Хлеб ржаной	30	2,40	0,45	12,03	61,80	574
8	Фрукты свежие	180	0,72	0,72	17,64	79,20	82
9	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00	461
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						