

Фактическое ежедневное меню



Согласовано

И.о. директора ГБОУ РК

"Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"

г. Керчь

А.В. Моцер

2024г

Дата: 11.11.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	№ рецепту-ры	
			всего	всего				
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	
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	
Второй Завтрак								
1	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82	
Обед								
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	
Полдник								
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	
Ужин								
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	
Второй Ужин								
1	Напиток кисломолочный	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386	
Медицинский работник			Руденко АА З					
Зав.столовой			Руденко АА З					
Ответственный по питанию			Михайлова Т.А. и др.					

Фактическое ежедневное меню



Согласовано

И.о. директора ГБОУ РК

"Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"

г. Керчь

А.В. Моцер

11 2024г

Дата: 11.11.2024г

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	№ рецепту ры	
			всего	всего				
6 день (понедельник)								
<i>Обед</i>								
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		<i>Куришова АА</i>					
	Зав.столовой		<i>Куришова СА</i>					
	Ответственный по питанию		<i>Мухоморова Т. А.</i>					