

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-
 воспитательный комплекс-
 интернат-лицей"
 г. Керчь
 В.С. Арустамян
 " 13 " 01 2025г

Утверждаю
 Директор
 ООО "Сбалансированное питание"
 г. Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 " 13 " 01 2025г.

Дата: 13.01.2025

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
1 день (понедельник)								
<i>Завтрак</i>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13		66,00	
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28		63,00	
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	210/10	8,19	13,44	35,90		298,57	
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68		93,60	
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92		79,20	
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50		40,00	
<i>Второй завтрак</i>								
399	Блинчики со сгущ. молоком	100/20	6,52	3,71	40,47		221,00	
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64		96,30	
<i>Обед</i>								
88	Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60		123,00	
155	Суп Любительский	250	5,90	2,60	25,30		149,00	
331	Биштекс рубленый паровой	100	20,00	13,57	0,00		202,86	
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74		243,43	
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44		163,80	
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92		79,20	
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10		46,00	
<i>Полдник</i>								
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66		79,90	
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20		84,80	
<i>Ужин</i>								
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70		10,00	
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38		128,75	
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	6,62	5,42	31,73		202,14	
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44		163,80	
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92		79,20	
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30		38,00	
<i>Второй ужин</i>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20		58,50	
581(ПР)	Кондитерские изделия	25	1,48	1,18	18,75		91,50	

Медицинский работник
 Зав. столовой
 Ответственный по питанию

Евсюкова Е.В.
Евсюкова Е.В.
Арустамян В.С.

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-воспитательный комплекс
 интернат-лицей"
 Керчь
В.С. Арустамян
 "13" "01" 2024г

Утверждаю
 Директор
 ООО "Сбалансированное питание"
 Т.Симферополь
Е.В.Евсюкова
 "13" "01" 2024г.

Дата: 13.01.2025

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет (обед)

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день (понедельник)						
<i>Обед</i>						
88	Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	123,00
155	Суп Любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,00
331	Биштекс рубленый паровой	100	20,00	13,57	0,00	202,86
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74	243,43
573(пр)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
581(пр)	Кондитерские изделия	55	3,25	2,59	41,25	201,30
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Медицинский работник			<i>Руримо АА ГИ</i>			
Зав. столовой			<i>Руримо АА ГИ</i>			
Ответственный по питанию			<i>Минишвили ТА</i>			