

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 Керченский учебно-воспитательный комплекс  
 «интернат-лицей»

г. Керчь *А.В. Волочер*  
 В.С. Арустамян  
 2024г

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



Дата: 14.12.2024

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>13 день (суббота)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови	90	1,08	5,40	10,08	93,60
204	Макароны отварные с сыром	170	11,51	13,53	29,00	284,24
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
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 Завтрак</i>						
410	Ватрушки с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,43	5,95	7,90	95,00
395	Вареники с картофелем	235	25,18	6,45	46,29	344,24
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,63
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>						
16	Салат из соленых огурцов с луком	100	0,80	6,00	2,60	68,00
333	Рыба запеченная	140	22,68	20,72	0,61	302,40
241	Рис с овощами	180	4,98	3,18	42,60	218,77
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
459	Чай с лимоном	200/10/7	0,30	0,10	9,50	40,00
<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		<i>Курченко ТА</i>				
Зав. столовой		<i>Курченко ТА</i>				
Ответственный по питанию		<i>Михайлова ТА</i>				