

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: 15.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

| № | Наименование блюда | Выход г | Белки г | Жиры г | Углевод ы г | ЭЦ ккал | № рецепт улы |
|------------------------------|--|---------|---------|--------|----------------|------------|--------------------|
| | | | всего | всего | | | |
| 14 день (воскресенье) | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 14 |
| 2 | Омлет с сыром | 60 | 7,17 | 11,77 | 1,02 | 139,00 | 211 |
| 3 | Суп молочный с крупой (пшено) | 250 | 3,71 | 4,47 | 7,68 | 89,00 | 121 |
| 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 | Какао с молоком | 200 | 4,08 | 3,54 | 17,58 | 118,60 | 382 |
| Второй Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Фрукты свежие | 185 | 0,74 | 0,74 | 18,13 | 81,40 | 82 |
| Обед | | | | | | | |
| 1 | Икра морковная | 100 | 3,80 | 8,10 | 7,50 | 118,00 | 95 |
| 2 | Суп картофельный с клецками | 250 | 3,56 | 4,59 | 18,79 | 144,25 | 108 |
| 3 | Котлеты рубленые из птицы | 100 | 15,85 | 15,24 | 14,80 | 260,00 | 294 |
| 4 | Картофель отваной с маслом сливочным | 180 | 3,46 | 6,79 | 23,98 | 180,00 | 125 |
| 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 | Кисель из плодов и ягод | 200 | 0,13 | 0,05 | 24,54 | 11,70 | 350 |
| Полдник | | | | | | | |
| 1 | Кондитерское изделие | 20 | 0,12 | 0,94 | 15,00 | 73,20 | 581 |
| 2 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 84,80 | 389 |
| Ужин | | | | | | | |
| 1 | С-т картофельный с морковью и зеленым горошком | 100 | 2,7 | 7,1 | 9,6 | 112,7 | 40 |
| 2 | Бигус | 250 | 2,25 | 1,66 | 6,50 | 266,25 | 329 |
| 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 сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 |
| Второй Ужин | | | | | | | |
| 1 | Молоко кипяченое | 200 | 5,80 | 5,00 | 9,60 | 107,00 | 385 |
| Медицинский работник | | | | | | | |
| Зав. столовой | | | | | | | |
| Ответственный по питанию | | | | | | | |

М. В. Виноградова
М. В. Виноградова
М. В. Виноградова Т.А.