

Фактическое ежедневное меню



Согласовано
 Директор ГБОУ РК
 Керченский учебно-воспитательный комплекс
 «Лицей»

г. Керчь
 В.С. Арустамян
 " 12 " 2024г



Утверждаю
 Директор
 ООО "Сбалансированное питание"
 г. Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 " 12 " 2024г.

Дата: 12.12.2024

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
9 день (вторник)						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный	87	8,09	14,40	1,53	168,00
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	210/10	8,19	13,44	35,90	298,57
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
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>						
291	Манник с м/с	150/10	8,30	4,80	39,47	235,43
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,75
208	Каша ячневая рассыпчатая с м/с	180	5,54	5,71	36,00	217,56
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>						
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	100	1,50	0,17	6,50	33,33
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	110	23,76	20,02	8,36	308,00
472	Картофель в молоке	180	3,48	5,64	28,20	174,00
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						
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						

Фактическое ежедневное меню

Согласовано



Директор ГБОУ РК
"Керченский учебно-
воспитательный комплекс-
интернат-лицей"

г. Керчь
В.С. Арустамян
12 2024г

Утверждаю



Директор
ООО "Сбалансированное питание"
г. Симферополь

Е.В. Евсюкова
12 2024г.

Дата: 24.12.2024

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
7 день (вторник)						
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,75
208	Каша ячневая рассыпчатая с м/с	180	5,54	5,71	36,00	217,56
573(ПР)	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,60	36,90	175,50
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
338	Плоды свежие	150	0,60	0,60	14,70	70,50
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Медицинский работник			<i>Руденко ОА</i>			
Зав. столовой			<i>Руденко ОА</i>			
Ответственный по питанию			<i>Михайлова ТА</i>			