

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченский учебно-воспитательный комплекс-интернат-лицей"  
 г. Керчь  
 В.С. Арустамян  
 " 28 " 09 2024г



Утверждаю  
 Директор  
 ООО "Сбалансированное питание"  
 г. Симферополь  
 Е.В. Евсюкова  
 " 28 " 09 2024г.

Дата: 28.09.2024

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход г	Белки г	Жиры г	Углевод ы г	ЭЦ ккал	№ рецепт впы
			всего	всего			
<b>13 день (суббота)</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	14
2	Икра кабачковая консервированная	70	1,33	6,23	5,39	82,60	150
3	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40	204
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	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Второй Завтрак</b>							
1	Кондитерское изделие	20	0,78	6,12	12,50	108,20	580
2	Кофейный напиток с молоком сгущенным	200	2,94	1,99	20,92	113,40	380
<b>Обед</b>							
1	Овощи натуральные по сезону	100	1,10	0,20	3,80	22,00	71
2	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,20	2,78	15,39	106,00	104
3	Вареники с картофелем	200	2,14	5,49	39,39	292,97	395
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	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	1,00	0,00	20,20	84,80	389
7	Фрукты свежие	160	0,64	0,64	15,68	70,40	82
<b>Полдник</b>							
1	Пудинг из творога со сгущенным молоком	120/20	2,11	7,47	28,93	266,93	285
<b>Итого за прием</b>		<b>140</b>	<b>2,11</b>	<b>7,47</b>	<b>28,93</b>	<b>266,93</b>	
<b>Ужин</b>							
1	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,8	10,7	6,5	141,0	33
2	Мясо в кисло - сладком соусе	140	23,38	24,50	10,92	358,40	374
3	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,94	305
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	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00	457
<b>Второй Ужин</b>							
1	Напиток кисломолочный	200	5,80	5,00	8,00	100,00	386
Медицинский работник		Гусак НР					
Зав. столовой		Гусак АА					
Ответственный по питанию		Мамашева ТА					