

Согласовано
 Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная
 школа - интернат"

И.Е. Карлюга
 "31" *Июль* 2025г.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное
 питание"

г.Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 "31" *Июль* 2025г.



Дата: 03.07.2025

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№ рец	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	66,0		
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,0		
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00		
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,7		
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	300	4,46	5,36	9,22	106,8		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,0		
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00		
<i>Второй Завтрак</i>								
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,0		
399	Блинчики с молоком сгущ.	100/20	6,52	3,71	40,47	221,0		
<i>Обед</i>								
70	Овощи натуральные по сезону	120	0,96	0,12	2,04	12,0		
155	Суп Любительский	300	7,08	3,12	30,36	178,8		
496	Котлеты из филе птицы панированные	120	15,19	10,51	4,57	190,8		
143	Рагу из овощей	250	4,21	26,17	20,48	338,1		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,2		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,0		
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00		
<i>Полдник</i>								
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8		
338	Плоды свежие	300	4,50	1,50	63,00	288,0		
<i>Ужин</i>								
53	Салат витаминный	120	1,44	6,24	11,40	108,00		
14	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,88	0,20	99,0		
310	Шницель рыбный натуральный	150	22,00	2,00	10,60	148,0		
305	Рис припущенный	180	4,37	5,16	44,00	239,9		
429	Маринад овощной с томатом	20	0,26	1,98	1,78	26,0		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,2		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,0		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0		
Медицинский работник								
Зав. столовой								
Ответственный по питанию								