

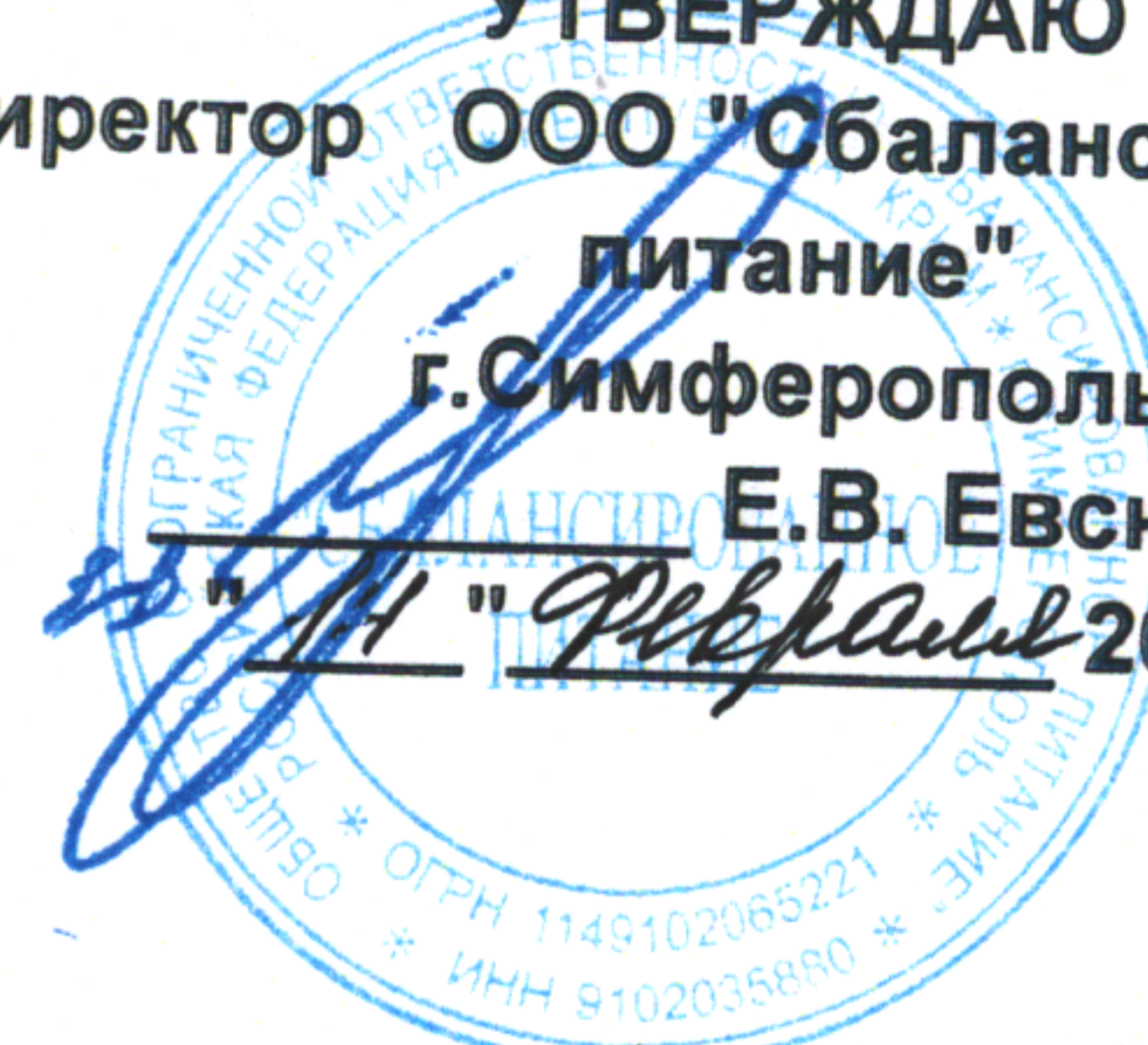
Согласовано
 Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная
 школа - интернат"

И.Е. Карлюга
 "14.01.2025г."



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное
 питание"

г. Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 "17.01.2025г."



Дата: 17.01.2025

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день (понедельник)						
Завтрак						
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
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,7
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Второй Завтрак						
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,0
399	Блинчики с молоком сгущ.	75/15	4,89	2,78	30,35	165,8
Обед						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
155	Суп Любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,0
496	Котлеты из филе птицы панированные	110	13,93	9,64	4,19	174,9
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74	243,4
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Полдник						
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
Ужин						
53	Салат витаминный	100	1,20	5,20	9,50	90,00
310	Шницель рыбный натуральный	140	20,53	1,87	9,89	138,1
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	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник						
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						