

Согласовано
Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная
школа - интернат"

И.Е. Карлюга
" 19 " *Февраль* 2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Сбалансированное
питание"
г. Симферополь

Е.В. Евсюкова
" 19 " *Февраль* 2025г.



Дата: *19.02.2025*

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

| № | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|---------------------------------|---|----------|----------|---------|------------------|----------|
| | | | всего | всего | | |
| 4 день (четверг) | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| 14 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,0 |
| 21 | Салат из моркови | 80 | 0,96 | 4,80 | 8,96 | 83,20 |
| 204 | Макароны отварные с сыром | 140 | 9,48 | 11,14 | 23,88 | 234,1 |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,6 |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный | 30 | 2,04 | 0,39 | 11,94 | 59,4 |
| 459 | Чай с лимоном | 200 | 0,30 | 0,10 | 9,50 | 40,00 |
| <i>Второй Завтрак</i> | | | | | | |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия | 20 | 1,18 | 0,94 | 15,00 | 73,2 |
| 386 | Кисломолочный напиток | 200 | 6,00 | 1,00 | 8,00 | 65,0 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 44 | Салат рыбный | 70 | 3,50 | 2,31 | 4,41 | 52,5 |
| 88 | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,41 | 3,96 | 6,32 | 71,8 |
| 436 | Гуляш из филе куриного в молочном соусе | 75/40 | 14,26 | 19,55 | 3,68 | 197,8 |
| 171 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,30 | 8,95 | 37,37 | 262,5 |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,6 |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,36 | 0,26 | 7,96 | 39,6 |
| 481 | Кисель витаминный | 200 | 0,10 | 0,10 | 12,40 | 51,0 |
| <i>Полдник</i> | | | | | | |
| 285 | Пудинг творожный запеченный | 110 | 16,57 | 5,87 | 22,73 | 209,7 |
| 471 | Молоко сгущенное | 15 | 1,08 | 1,28 | 8,33 | 49,1 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,0 |
| <i>Ужин</i> | | | | | | |
| 45 | Салат из капусты белокочанной | 70 | 0,92 | 2,27 | 4,53 | 42,28 |
| 389 | Котлеты "Самарская аппетитка" | 100 | 21,60 | 18,20 | 7,60 | 280,0 |
| 142 | Картофель и овощи, тушенные в соусе | 150 | 3,26 | 12,59 | 22,66 | 216,0 |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,6 |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный | 20 | 1,36 | 0,26 | 7,96 | 39,6 |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 0,60 | 0,00 | 35,00 | 142,4 |
| Медицинский работник | | | | | | |
| Зав. столовой | | | | | | |
| Ответственный по питанию | | | | | | |