

Согласовано
Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная
школа - интернат"

И.Е.Карлюга
2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Сбалансированное
питание"

г.Симферополь
Е.В. Евсюкова
19 февраля 2025г.



Дата: 19.02.2025

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	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	195	13,20	15,52	33,26	326,0		
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		
<i>Второй Завтрак</i>								
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8		
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,0		
<i>Обед</i>								
44	Салат рыбный	100	5,00	3,30	6,30	75,0		
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,8		
436	Гуляш из филе куриного в молочном соусе	90/40	16,12	22,10	4,16	223,6		
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,0		
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		
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,0		
<i>Полдник</i>								
285	Пудинг творожный запеченный	130	19,59	6,93	26,87	247,9		
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,4		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0		
<i>Ужин</i>								
45	Салат из капусты белокочанной	100	1,31	3,25	6,47	60,40		
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	280,0		
142	Картофель и овощи, тушеные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,2		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,4		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2		
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,4		
Медицинский работник								
Зав. столовой								
Ответственный по питанию								