

Фактическое ежедневное меню

Согласовано  
Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная  
школа - интернат"

И.Е. Карлюга  
" 28 " марта 2025г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"

г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
" 28 " марта 2025г.



Дата: 30.03.2025

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет

| №                               | Наименование блюда                      | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|---------------------------------|---|----------|----------|---------|------------------|----------|
|                                 |   |          | всего    | всего   |                  |          |
| <b>14 день (воскресенье)</b>    |   |          |          |         |                  |          |
| <i>Завтрак</i>                  |   |          |          |         |                  |          |
| 14                              | Масло сливочное (порциями)              | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 66,0     |
| 209                             | Яйца вареные                            | 40       | 5,08     | 4,60    | 0,28             | 63,0     |
| 183                             | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 250      | 10,82    | 15,46   | 41,88            | 351,2    |
| 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     |
| 457                             | Чай с сахаром                           | 200      | 0,20     | 0,10    | 9,30             | 38,0     |
| <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>                     |   |          |          |         |                  |          |
| 70                              | Овощи натуральные по сезону             | 100      | 0,80     | 0,10    | 1,70             | 10,0     |
| 82                              | Борщ с капустой и картофелем            | 250      | 1,80     | 4,92    | 10,93            | 103,8    |
| 376                             | Рагу из птицы                           | 250      | 26,25    | 23,75   | 19,88            | 398,8    |
| 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     |
| 479                             | Кисель из ягод свежих                   | 200      | 0,20     | 0,20    | 22,00            | 90,0     |
| <i>Полдник</i>                  |   |          |          |         |                  |          |
| 285                             | Пудинг творожный запеченный             | 140      | 21,09    | 7,47    | 28,93            | 266,9    |
| 471                             | Молоко сгущенное                        | 20       | 1,44     | 1,70    | 11,10            | 65,4     |
| 459                             | Чай с лимоном                           | 200      | 0,30     | 0,10    | 9,50             | 40,0     |
| <i>Ужин</i>                     |   |          |          |         |                  |          |
| 44                              | Салат рыбный                            | 100      | 5,00     | 3,30    | 6,30             | 75,0     |
| 333                             | Голубцы ленивые                         | 225      | 27,90    | 9,00    | 9,00             | 389,3    |
| 411                             | Соус сметанный с томатом и луком        | 30       | 0,49     | 2,91    | 0,85             | 31,4     |
| 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     |
| 389                             | Сок фруктовый                           | 200      | 0,60     | 0,00    | 35,00            | 142,4    |
| <b>Медицинский работник</b>     |   |          |          |         |                  |          |
| <b>Зав. столовой</b>            |   |          |          |         |                  |          |
| <b>Ответственный по питанию</b> |   |          |          |         |                  |          |