

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор ГБОУ РК "Лозовская специальная школа - интернат"
 И.Е. Карлюга
 2025г.



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное питание"
 г.Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 2025г.



Дата: 31.03.2025

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день (понедельник)						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,0
210	Омлет натуральный	133	12,36	22,01	2,34	256,8
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	200	2,97	3,57	6,14	71,2
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>						
399	Блинчики с молоком сгущ.	60/15	4,08	2,32	25,29	138,1
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,0
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	70	0,56	0,07	1,19	7,0
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,2
496	Котлеты из филе птицы панированные	100	12,66	8,76	3,81	159,0
143	Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,9
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
<i>Полдник</i>						
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,4
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
<i>Ужин</i>						
10	Салат из квашенной капусты с яблоками	70	0,70	4,34	4,20	58,80
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,4
305	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	200,0
429	Маринад овощной с томатом	20	0,26	1,98	1,78	26,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник						
Зав. столовой						