

Фактическое ежедневное меню

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



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



Дата: 05.09.2025

Меню

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	5 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	220/5	8,38	13,75	36,72	305,36
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Второй Завтрак					
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Обед					
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,25
440	Плов из птицы	280	28,93	34,53	51,71	632,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Полдник					
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Ужин					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	90,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	140	23,89	16,61	11,01	289,33
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй ужин					
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					