

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 13.09.2025

Меню

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	13 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	120	1,44	7,20	13,44	124,80
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
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					
410	Ватрушки с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202,00
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Обед					
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,43	5,95	7,90	95,00
372	Шницели припущенные из птицы	100	20,00	18,00	10,71	284,29
139	Капуста тушеная	180	3,67	6,62	14,20	138,60
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
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	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					
14	Салат из свежих огурцов	100	0,70	6,00	1,80	64,00
333	Рыба запеченная	140	22,68	20,72	0,61	302,40
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	180,0
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	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					