

## Фактическое ежедневное меню

Согласовано  
Директор ГБОУ РК "Лозовская  
специальная школа - интернат"  
И.Е. Карлюга  
"03.10.2025г"



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
"03.10.2025г."



Дата: 03.10.2025

## Меню

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                  | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал |
|---------|-------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|----------|
|         |                                     |          | всего    | всего   |                  |          |
|         | <b>5 день</b>                       |          |          |         |                  |          |
|         | <b>Завтрак</b>                      |          |          |         |                  |          |
| 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        | 200/5    | 7,63     | 12,52   | 33,45            | 278,21   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 40       | 3,04     | 0,32    | 19,68            | 93,60    |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 20       | 1,36     | 0,26    | 7,96             | 39,60    |
| 462     | Какао с молоком                     | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 94,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>               |          |          |         |                  |          |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                | 10       | 0,59     | 0,47    | 7,50             | 36,60    |
| 386     | Кисломолочный напиток               | 200      | 6,00     | 1,00    | 8,00             | 65,00    |
|         | <b>Обед</b>                         |          |          |         |                  |          |
| 71      | Овощи натуральные по сезону         | 80       | 0,64     | 0,08    | 1,36             | 8,00     |
| 102     | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 200      | 4,39     | 4,22    | 13,23            | 118,60   |
| 440     | Плов из птицы                       | 240      | 24,80    | 29,60   | 44,32            | 542,40   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60            | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 30       | 2,04     | 0,39    | 11,94            | 59,40    |
| 495     | Компот из смеси сухофруктов         | 200      | 0,60     | 0,10    | 20,10            | 84,00    |
|         | <b>Полдник</b>                      |          |          |         |                  |          |
| 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    |
|         | <b>Ужин</b>                         |          |          |         |                  |          |
| 53      | Салат "Витаминный" (1 вариант)      | 80       | 0,96     | 4,16    | 7,60             | 72,00    |
| 346     | Котлеты "Золотая рыбка"             | 120      | 20,48    | 14,24   | 9,44             | 248,00   |
| 142     | Картофель и овощи, тушеные в соусе  | 180      | 3,92     | 15,11   | 27,19            | 259,20   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60            | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 30       | 2,04     | 0,39    | 11,94            | 59,40    |
| 459     | Чай с лимоном                       | 200      | 0,30     | 0,10    | 9,50             | 40,00    |
|         | <b>Второй ужин</b>                  |          |          |         |                  |          |
| 389     | Сок фруктовый                       | 200      | 1,00     | 0,00    | 20,20            | 84,80    |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                | 10       | 0,59     | 0,47    | 7,50             | 36,60    |
|         |                                     |          |          |         |                  |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>         |          |          |         |                  |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                |          |          |         |                  |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>     |          |          |         |                  |          |