

Фактическое ежедневное меню

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

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Сбалансированное питание"  
г.Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
"05" декабря 2025г.

Дата: 07.12.2025

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                           | Выход, г | Белки, г<br>всего | Жиры, г<br>всего | Углево-<br>ды, г | Витамин<br>С, мг | ЭЦ, ккал |
|---------|----------------------------------------------|----------|-------------------|------------------|------------------|------------------|----------|
|         | <b>7 день</b>                                |          |                   |                  |                  |                  |          |
|         | <b>Завтрак</b>                               |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)                   | 10       | 0,08              | 7,25             | 0,13             | 0,00             | 66,00    |
| 15      | Сыр (порциями)                               | 10       | 2,32              | 2,95             | 0,00             | 0,07             | 36,00    |
| 210     | Омлет натуральный                            | 80       | 7,43              | 13,24            | 1,41             | 0,14             | 154,48   |
| 230     | Каша манная молочная жидкая                  | 200/5    | 6,22              | 6,60             | 31,24            | 1,38             | 209,00   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                               | 40       | 3,04              | 0,32             | 19,68            | 0,00             | 93,60    |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                         | 20       | 1,36              | 0,26             | 7,96             | 0,00             | 39,60    |
| 462     | Какао с молоком                              | 200      | 3,30              | 2,90             | 13,80            | 0,70             | 94,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                        |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                         | 10       | 0,59              | 0,47             | 7,50             | 0,00             | 36,60    |
| 386     | Кисломолочный напиток                        | 200      | 6,00              | 1,00             | 8,00             | 1,60             | 65,00    |
|         | <b>Обед</b>                                  |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 150     | Икра кабачковая (промышленного производства) | 80       | 1,52              | 7,12             | 6,16             | 5,60             | 94,40    |
| 118/109 | Суп с клецками                               | 200      | 4,48              | 3,84             | 8,14             | 0,64             | 92,00    |
| 367     | Жаркое по - домашнему                        | 240      | 27,04             | 25,76            | 21,44            | 8,00             | 425,60   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                               | 50       | 3,80              | 0,40             | 24,60            | 0,00             | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                         | 30       | 2,04              | 0,39             | 11,94            | 0,00             | 59,40    |
| 494     | Компот из плодов или ягод сушеных            | 200      | 0,30              | 0,01             | 17,50            | 0,10             | 72,00    |
|         | <b>Полдник</b>                               |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 338     | Плоды свежие                                 | 200      | 0,80              | 0,80             | 19,60            | 20,00            | 94,00    |
| 457     | Чай с сахаром                                | 200      | 0,20              | 0,10             | 9,30             | 0,00             | 38,00    |
|         | <b>Ужин</b>                                  |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 70      | Овощи натуральные по сезону                  | 80       | 0,88              | 0,16             | 3,04             | 14,00            | 17,60    |
| 308     | Котлеты рыбные любительские                  | 120      | 15,00             | 1,80             | 6,24             | 0,84             | 100,80   |
| 304     | Рис отварной с маслом сливочным              | 150      | 3,65              | 5,37             | 36,68            | 0,00             | 209,70   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                               | 50       | 3,80              | 0,40             | 24,60            | 0,00             | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                         | 30       | 2,04              | 0,39             | 11,94            | 0,00             | 59,40    |
| 459     | Чай с лимоном                                | 200      | 0,30              | 0,10             | 9,50             | 1,00             | 40,00    |
|         | <b>Второй ужин</b>                           |          |                   |                  |                  |                  |          |
| 389     | Сок фруктовый                                | 200      | 1,00              | 0,00             | 20,20            | 4,00             | 84,80    |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                         | 10       | 0,59              | 0,47             | 7,50             | 0,00             | 36,60    |
|         |                                              |          |                   |                  |                  |                  |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>                  |          |                   |                  |                  |                  |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                         |          |                   |                  |                  |                  |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>              |          |                   |                  |                  |                  |          |