

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 09.12.2025

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
9 день							
<i>Завтрак</i>							
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	0,00	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	0,23	243,25
182	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	4,98	10,52	32,62	1,14	245,02
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	0,00	70,20
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
<i>Второй Завтрак</i>							
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
<i>Обед</i>							
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,88	0,16	3,04	14,00	17,60
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,66	4,11	11,02	8,75	95,94
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	1,71	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	0,00	168,45
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
<i>Полдник</i>							
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	20,00	94,00
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	2,00	118,00
<i>Ужин</i>							
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	80	1,20	0,13	5,20	17,33	26,67
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	19,44	16,38	6,84	1,80	252,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	24,72	180,0
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
<i>Второй ужин</i>							
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
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							