

## Фактическое ежедневное меню

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

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Сбалансированное питание"  
г.Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
" 12 " Декабрь 2025г.

Дата: 13.12.2025

## Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

| №       | Наименование блюда                       | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | Витамин<br>С, мг | ЭЦ, ккал |
|---------|------------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|------------------|----------|
|         |                                          |          | всего    | всего   |                  |                  |          |
|         | <b>13 день</b>                           |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Завтрак</b>                           |          |          |         |                  |                  |          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 0,00             | 66,00    |
| 3       | Ветчина (порциями)                       | 25       | 3,60     | 6,40    | 0,00             | 0,00             | 72,00    |
| 21      | Салат из моркови припущенной             | 100      | 1,20     | 6,00    | 11,20            | 3,00             | 104,00   |
| 204     | Макароны отварные с сыром                | 200      | 13,54    | 15,92   | 34,11            | 0,22             | 334,40   |
| 121     | Суп молочный с крупой (кукурузная)       | 250      | 3,71     | 4,47    | 7,68             | 0,83             | 89,0     |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 60       | 4,56     | 0,48    | 29,52            | 0,00             | 140,40   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50       | 3,40     | 0,65    | 19,90            | 0,00             | 99,00    |
| 462     | Какао с молоком                          | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 0,70             | 94,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                    |          |          |         |                  |                  |          |
| 410     | Ватрушки с творогом                      | 75       | 9,22     | 5,48    | 29,18            | 0,04             | 202,00   |
| 385     | Молоко кипяченое                         | 200      | 5,80     | 5,00    | 9,60             | 2,60             | 107,00   |
|         | <b>Обед</b>                              |          |          |         |                  |                  |          |
| 70      | Овощи натуральные по сезону              | 150      | 1,65     | 0,30    | 5,70             | 26,25            | 33,00    |
| 123     | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 350      | 3,40     | 8,33    | 11,06            | 7,81             | 133,00   |
| 372     | Шницели припущенные из птицы             | 110      | 22,00    | 19,80   | 11,79            | 0,95             | 312,71   |
| 139     | Капуста тушеная                          | 250      | 5,10     | 9,20    | 19,73            | 42,69            | 192,50   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 85       | 6,46     | 0,68    | 41,82            | 0,00             | 198,90   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50       | 3,40     | 0,65    | 19,90            | 0,00             | 99,00    |
| 461     | Чай каркаде                              | 200      | 0,00     | 0,01    | 14,00            | 0,10             | 56,00    |
|         | <b>Полдник</b>                           |          |          |         |                  |                  |          |
| 338     | Плоды свежие                             | 280      | 1,12     | 1,12    | 27,44            | 28,00            | 131,60   |
| 457     | Чай с сахаром                            | 200      | 0,20     | 0,10    | 9,30             | 0,00             | 38,00    |
|         | <b>Ужин</b>                              |          |          |         |                  |                  |          |
| 95      | Икра морковная                           | 150      | 5,70     | 12,15   | 11,25            | 7,50             | 177,00   |
| 333     | Рыба запеченная                          | 150      | 24,30    | 22,20   | 0,66             | 0,00             | 324,00   |
| 125     | Картофель отварной с маслом сливочным    | 250      | 4,81     | 9,43    | 33,31            | 34,33            | 250,0    |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 85       | 6,46     | 0,68    | 41,82            | 0,00             | 198,90   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 50       | 3,40     | 0,65    | 19,90            | 0,00             | 99,00    |
| 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                     | 30       | 1,77     | 1,41    | 22,50            | 0,00             | 109,80   |
|         |                                          |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>              |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                     |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>          |          |          |         |                  |                  |          |