

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 16.12.2025

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                      | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево-<br>ды, г | Витамин<br>С, мг | ЭЦ, ккал |
|---------|-----------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|------------------|----------|
|         |                                         |          | всего    | всего   |                  |                  |          |
|         | <b>2 день</b>                           |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Завтрак</b>                          |          |          |         |                  |                  |          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)              | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 0,00             | 66,00    |
| 223     | Запеканка из творога с молоком сгущ.    | 105/15   | 17,54    | 13,27   | 33,60            | 0,56             | 324,00   |
| 183     | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 200/5    | 8,87     | 12,68   | 34,34            | 1,60             | 287,98   |
| 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    |
| 457     | Чай с сахаром                           | 200      | 0,20     | 0,10    | 9,30             | 0,00             | 38,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                   |          |          |         |                  |                  |          |
| 338     | Плоды свежие                            | 200      | 200,00   | 0,80    | 19,60            | 20,00            | 94,00    |
|         | <b>Обед</b>                             |          |          |         |                  |                  |          |
| 70      | Овощи натуральные по сезону             | 80       | 0,88     | 0,16    | 3,04             | 14,00            | 17,60    |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем и сметаной | 200/5    | 1,66     | 4,11    | 11,02            | 8,75             | 95,94    |
| 265     | Плов                                    | 240      | 20,19    | 27,02   | 41,63            | 2,05             | 515,20   |
| 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    |
| 481     | Кисель витаминный                       | 180      | 0,09     | 0,09    | 11,16            | 28,80            | 45,90    |
|         | <b>Полдник</b>                          |          |          |         |                  |                  |          |
| 399     | Блинчики со сметаной                    | 100/15   | 5,18     | 2,76    | 36,07            | 0,03             | 190,00   |
| 462     | Какао с молоком                         | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 0,70             | 94,00    |
|         | <b>Ужин</b>                             |          |          |         |                  |                  |          |
| 45      | Салат из белокочанной капусты           | 80       | 1,05     | 2,60    | 5,17             | 13,68            | 48,32    |
| 411     | Оладьи из печени по - кунцевски         | 100      | 20,60    | 14,20   | 19,00            | 16,00            | 286,00   |
| 142     | Картофель и овощи, тушенные в соусе     | 150      | 3,26     | 12,59   | 22,66            | 19,97            | 216,00   |
| 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    |
| 457     | Чай с сахаром                           | 200      | 0,20     | 0,10    | 9,30             | 0,00             | 38,00    |
|         | <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>         |          |          |         |                  |                  |          |