

## 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    |
| 3       | Ветчина (порциями)                       | 25       | 3,60     | 6,40    | 0,00             | 0,00             | 72,00    |
| 223     | Запеканка из творога с молоком сгущ.     | 140/20   | 23,38    | 17,69   | 44,80            | 0,75             | 432,00   |
| 183     | Каша жидкая молочная из гречневой крупы  | 220/10   | 9,96     | 14,23   | 38,53            | 1,80             | 323,10   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 50       | 3,80     | 0,40    | 24,60            | 0,00             | 117,00   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20       | 1,36     | 0,26    | 7,96             | 0,00             | 39,60    |
| 579     | Чай с шиповником                         | 200      | 0,40     | 0,10    | 18,40            | 70,00            | 77,00    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                    |          |          |         |                  |                  |          |
| 338     | Плоды свежие                             | 300      | 1,20     | 1,20    | 29,40            | 30,00            | 141,00   |
|         | <b>Обед</b>                              |          |          |         |                  |                  |          |
| 70      | Овощи натуральные по сезону              | 100      | 1,10     | 0,20    | 3,80             | 17,50            | 22,00    |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10   | 1,87     | 5,12    | 11,37            | 11,10            | 107,90   |
| 265     | Плов                                     | 250      | 21,03    | 28,15   | 43,37            | 2,13             | 536,67   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 70       | 5,32     | 0,56    | 34,44            | 0,00             | 163,80   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40       | 2,72     | 0,52    | 15,92            | 0,00             | 79,20    |
| 481     | Кисель витаминный                        | 200      | 0,10     | 0,10    | 12,40            | 32,00            | 51,00    |
|         | <b>Полдник</b>                           |          |          |         |                  |                  |          |
| 399     | Блинчики с молоком сгущ.                 | 100/20   | 5,41     | 2,88    | 37,64            | 0,03             | 198,26   |
| 462     | Какао с молоком                          | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 0,70             | 94,00    |
|         | <b>Ужин</b>                              |          |          |         |                  |                  |          |
| 45      | Салат из белокочанной капусты            | 100      | 1,31     | 3,25    | 6,47             | 17,10            | 60,40    |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 0,00             | 66,00    |
| 411     | Оладьи из печени по - кунцевски          | 130      | 26,78    | 18,46   | 24,70            | 20,80            | 371,80   |
| 142     | Картофель и овощи, тушенные в соусе      | 200      | 4,35     | 16,78   | 30,21            | 26,62            | 288,00   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                           | 70       | 5,32     | 0,56    | 34,44            | 0,00             | 163,80   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40       | 2,72     | 0,52    | 15,92            | 0,00             | 79,20    |
| 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                     | 30       | 1,17     | 9,18    | 18,75            | 0,00             | 162,30   |
|         |                                          |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>              |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                     |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>          |          |          |         |                  |                  |          |