

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 23.12.2025

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
	9 день						
	Завтрак						
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	220/5	5,46	11,55	35,81	1,25	268,93
573(ПР)	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	0,00	81,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	0,00	79,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	0,70	94,00
	Второй Завтрак						
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	0,00	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	1,60	65,00
	Обед						
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
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	2,00	128,75
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	6,62	5,42	31,73	0,00	202,14
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	0,10	72,00
	Полдник						
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
	Ужин						
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	100	1,50	0,17	6,50	21,67	33,33
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	2,00	280,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	24,72	180,0
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	1,00	40,00
	Второй ужин						
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	4,00	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	0,00	54,90
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						