

## Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 08.01.2026

## Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

| №       | Наименование блюда                                         | Выход, г | Белки, г<br>всего | Жиры, г<br>всего | Углево-<br>ды, г | Витамины<br>С, мг | ЭЦ, ккал |
|---------|------------------------------------------------------------|----------|-------------------|------------------|------------------|-------------------|----------|
|         | <b>11 день</b>                                             |          |                   |                  |                  |                   |          |
|         | <b>Завтрак</b>                                             |          |                   |                  |                  |                   |          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)                                 | 10       | 0,08              | 7,25             | 0,13             | 0,00              | 66,00    |
| 15      | Сыр (порциями)                                             | 20       | 4,64              | 5,90             | 0,00             | 0,14              | 72,00    |
| 3       | Ветчина (порциями)                                         | 25       | 3,60              | 6,40             | 0,00             | 0,00              | 72,00    |
| 210     | Омлет натуральный                                          | 80       | 7,43              | 13,24            | 1,41             | 0,14              | 154,48   |
| 230     | Каша манная молочная жидкая с м/с                          | 220/10   | 6,98              | 7,40             | 35,05            | 1,54              | 234,49   |
| 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    |
| 379     | Кофейный напиток с молоком                                 | 200      | 3,17              | 2,68             | 15,95            | 1,30              | 10,06    |
|         | <b>Второй Завтрак</b>                                      |          |                   |                  |                  |                   |          |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                                       | 30       | 1,77              | 1,41             | 22,50            | 0,00              | 109,80   |
| 386     | Кисломолочный напиток                                      | 200      | 6,00              | 1,00             | 8,00             | 1,60              | 65,00    |
|         | <b>Обед</b>                                                |          |                   |                  |                  |                   |          |
| 70      | Овощи натуральные по сезону                                | 100      | 0,70              | 0,10             | 0,95             | 4,90              | 12,00    |
| 96      | Рассольник ленинградский со сметаной                       | 250/5    | 2,13              | 5,19             | 12,94            | 7,78              | 116,79   |
| 310     | Шницель рыбный натуральный                                 | 140      | 20,53             | 1,87             | 9,89             | 4,11              | 138,13   |
| 312     | Пюре картофельное                                          | 200      | 4,09              | 6,40             | 27,25            | 24,21             | 183,00   |
| 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    |
| 548     | Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных) | 200      | 0,10              | 0,00             | 29,40            | 2,00              | 118,00   |
|         | <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>                                                |          |                   |                  |                  |                   |          |
| 45      | Салат из белокочанной капусты                              | 100      | 1,31              | 3,25             | 6,47             | 17,10             | 60,40    |
| 441     | Чахохбили                                                  | 125      | 22,33             | 22,17            | 6,33             | 15,00             | 314,17   |
| 171     | Каша гречневая рассыпчатая                                 | 180      | 9,96              | 10,74            | 44,84            | 0,00              | 315,00   |
| 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    |
| 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       | 1,17              | 9,18             | 18,75            | 0,00              | 162,30   |
|         |                                                            |          |                   |                  |                  |                   |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>                                |          |                   |                  |                  |                   |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                                       |          |                   |                  |                  |                   |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>                            |          |                   |                  |                  |                   |          |