

Фактическое ежедневное меню

Согласовано  
Директор ГБОУ РК "Лозовская  
специальная школа - интернат"  
И.Е.Карлюга  
2026г

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ООО "Сбалансированное питание"  
г.Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
2026г.

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>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.    | 160/20   | 26,31    | 19,90   | 50,40            | 0,84             | 486,00   |
| 183     | Каша жидкая молочная из гречневой крупы | 250/10   | 11,25    | 16,08   | 43,56            | 2,03             | 365,24   |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                          | 65       | 4,94     | 0,52    | 31,98            | 0,00             | 152,10   |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                    | 50       | 3,40     | 0,65    | 19,90            | 0,00             | 99,00    |
| 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             | 150      | 1,65     | 0,30    | 5,70             | 26,25            | 33,00    |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем и сметаной | 350/10   | 2,92     | 7,22    | 19,36            | 15,37            | 168,48   |
| 265     | Плов                                    | 300      | 25,24    | 33,78   | 52,04            | 2,56             | 644,00   |
| 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    |
| 481     | Кисель витаминный                       | 200      | 0,10     | 0,10    | 12,40            | 32,00            | 51,00    |
|         | <b>Полдник</b>                          |          |          |         |                  |                  |          |
| 399     | Блинчики с повидлом                     | 130/20   | 6,76     | 3,60    | 47,05            | 0,04             | 247,83   |
| 462     | Какао с молоком                         | 200      | 3,30     | 2,90    | 13,80            | 0,70             | 94,00    |
|         | <b>Ужин</b>                             |          |          |         |                  |                  |          |
| 45      | Салат из белокочанной капусты           | 150      | 1,97     | 4,87    | 9,70             | 25,65            | 90,60    |
| 14      | Масло сливочное (порциями)              | 10       | 0,08     | 7,25    | 0,13             | 0,00             | 66,00    |
| 411     | Оладьи из печени по - кунцевски         | 150      | 30,90    | 21,30   | 28,50            | 24,00            | 429,00   |
| 142     | Картофель и овощи, тушенные в соусе     | 250      | 5,44     | 20,98   | 37,76            | 33,28            | 360,00   |
| 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    |
| 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       | 1,77     | 1,41    | 22,50            | 0,00             | 109,80   |
|         |                                         |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Медицинский работник</b>             |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Зав. столовой</b>                    |          |          |         |                  |                  |          |
|         | <b>Ответственный по питанию</b>         |          |          |         |                  |                  |          |