

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.

Дата: 20.01.2026

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
	5 день						
	Завтрак						
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
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	0,23	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	220/10	8,56	14,05	37,53	1,28	312,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	0,00	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	0,00	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	1,60	94,00
	Второй Завтрак						
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
	Обед						
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,70	0,10	0,95	4,90	12,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	5,83	148,25
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	18,33	565,00
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
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	0,20	84,00
	Полдник						
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
	Ужин						
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	1,20	5,20	9,50	26,00	90,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	140	23,89	16,61	11,01	0,00	289,33
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
	Второй ужин						
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
	Медицинский работник						
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						