

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор ГБОУ РК "Лозовская
 специальная школа - интернат"
 И.Е. Карлюга
 " 06.12.2026г



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



Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет *сезон*

| № | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | Витамин С, мг | ЭЦ, ккал |
|---------------------------------|--------------------------------------|----------|----------|---------|------------------|------------------|----------|
| | | | всего | всего | | | |
| 14 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 |
| 285 | Пудинг творожный запеченный | 135 | 20,34 | 7,20 | 27,90 | 0,27 | 257,40 |
| 471 | Молоко сгущенное | 20 | 1,44 | 1,70 | 11,10 | 0,20 | 65,40 |
| 182 | Каша жидкая молочная овсяная с м/с | 220/10 | 8,56 | 14,05 | 37,53 | 1,28 | 312,14 |
| 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 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 0,00 | 38,00 |
| Второй Завтрак | | | | | | | |
| 291 | Манник с м/с | 125/5 | 6,75 | 3,90 | 32,07 | 30,95 | 191,29 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,95 | 1,30 | 10,06 |
| Обед | | | | | | | |
| 16 | Салат из солёных огурцов с луком | 100 | 0,80 | 6,00 | 2,60 | 3,10 | 68,00 |
| 119 | Суп картофельный с рыбой | 250 | 11,80 | 3,90 | 10,80 | 8,68 | 125,50 |
| 369 | Гуляш | 125 | 19,63 | 19,88 | 3,88 | 1,25 | 272,50 |
| 211 | Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 180 | 4,11 | 3,69 | 40,71 | 0,49 | 212,57 |
| 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 |
| Полдник | | | | | | | |
| 338 | Фрукты свежие | 290 | 1,16 | 1,16 | 28,42 | 29,00 | 136,30 |
| 461 | Чай каркаде | 200 | 0,00 | 0,01 | 14,00 | 0,10 | 56,00 |
| Ужин | | | | | | | |
| 53 | Салат "Витаминный" (1 вариант) | 100 | 1,20 | 5,20 | 9,50 | 26,00 | 90,00 |
| 368 | Суфле из птицы | 90 | 11,59 | 11,48 | 3,94 | 0,45 | 165,38 |
| 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 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 0,00 | 38,00 |
| Второй ужин | | | | | | | |
| 389 | Сок фруктовый | 200 | 0,60 | 0,40 | 32,60 | 4,00 | 136,40 |
| 541 | Булочка ванильная | 100 | 8,83 | 7,83 | 48,00 | 0,00 | 298,33 |
| Медицинский работник | | | | | | | |
| Зав. столовой | | | | | | | |
| Ответственный по питанию | | | | | | | |