

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: 10.01.2026

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
5 день							
<i>Завтрак</i>							
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	250/10	9,68	15,88	42,43	1,44	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	0,00	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	0,00	99,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	0,70	94,00
<i>Второй Завтрак</i>							
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
<i>Обед</i>							
70	Овощи натуральные по сезону	150	1,05	0,15	1,43	7,35	18,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	350	7,69	7,38	23,15	8,16	207,55
440	Плов из птицы	300	31,00	37,00	55,40	22,00	678,00
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
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	0,20	84,00
<i>Полдник</i>							
338	Плоды свежие	270	1,08	1,08	26,46	27,00	126,90
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	0,00	38,00
<i>Ужин</i>							
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	150	1,80	7,80	14,25	39,00	135,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	150	25,60	17,80	11,80	0,00	310,00
142	Картофель и овощи, тушеные 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
<i>Второй ужин</i>							
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
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							