

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 17.07.2026

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	Витамин С, мг	ЭЦ, ккал
			всего	всего			
9 день							
<i>Завтрак</i>							
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	0,00	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	0,23	243,25
182	Каша жидкая молочная рисовая	220/5	5,46	11,55	35,81	1,25	268,93
573(ПР)	Хлеб пшеничный	35	2,66	0,28	17,22	0,00	81,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	0,00	79,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	0,70	94,00
<i>Второй Завтрак</i>							
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	0,00	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	1,60	65,00
<i>Обед</i>							
70	Овощи натуральные по сезону	100	1,10	0,20	3,80	17,50	22,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,87	5,12	11,37	11,10	107,90
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	2,00	128,75
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	6,62	5,42	31,73	0,00	202,14
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	0,10	72,00
<i>Полдник</i>							
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	20,00	94,00
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	2,00	118,00
<i>Ужин</i>							
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	100	1,50	0,17	6,50	21,67	33,33
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	2,00	280,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	24,72	180,0
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
<i>Второй ужин</i>							
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	4,00	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	0,00	54,90
Медицинский работник							
Зав. столовой							
Ответственный по питанию							