

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
 Директор ГБОУ РК  
 "Керченская школа - интернат  
 с углубленной физической подготовкой"  
 г. Керчь  
 К.С. Романец  
 2025г.

УТВЕРЖДАЮ  
 Директор ООО "Сбалансированное  
 питание"  
 г. Симферополь  
 Е.В. Евсюкова  
 "13" 02 2025г.

Дата: 13.02.25г

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет аллергический дерматит

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>4 день (четверг)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
21	Салат из моркови	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,1
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<i>Второй Завтрак</i>						
285	Пудинг творожный запеченный (б/яиц)	110	16,57	5,87	22,73	209,7
584	Соус яблочный	15	0,00	0,00	2,55	10,2
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<i>Обед</i>						
44	Салат рыбный	70	3,50	2,31	4,41	52,5
88	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,41	3,96	6,32	71,8
383	Гуляш из отварной говядины	75/40	20,09	12,50	6,59	219,3
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	8,95	37,37	262,5
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,0
<i>Ужин</i>						
45	Салат из капусты белокочанной	70	0,92	2,27	4,53	42,28
380	Котлеты натуральные (припущенные) из говядины	75	23,17	2,35	0,00	114,2
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,4
<i>Второй ужин</i>						
580(пр)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,2
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	2,25	7,20	58,5

Медицинский работник

С.С. Селезнева 40-А