

Фактическое ежедневное меню



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

УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО "Сбалансированное
 питание"
 г. Симферополь
 Е.В. Евсюкова
 "28" 01, 2025г.
 Дата: 28.01.25

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

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
2 день (вторник)						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
256	Каша вязкая пшеничная с сахаром (б/мол.,)	200	5,71	1,33	41,14	200,95
223	Запеканка из творога б/яиц	100	14,61	11,06	28,00	270,0
433	Сметана 15 %	10	0,24	1,50	0,32	15,8
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<i>Второй завтрак</i>						
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,4
338	Плоды свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,0
<i>Обед</i>						
70	Овощи натуральные по сезону	70	0,56	0,07	1,19	7,0
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,62	4,01	10,75	93,6
405	Биточки паровые (говядина)	90	13,80	10,56	8,88	183,60
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,89	5,66	19,99	150,0
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,0
<i>Ужин</i>						
95	Икра морковная	70	2,66	5,67	5,25	82,6
321	Мясо тушёное (говяд.)	125	20,00	18,75	6,25	273,75
203	Макаронные изделия отварные	150	5,46	5,79	30,46	195,7
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<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

(Куприянова Т.Ю.)