

Фактическое ежедневное меню



УТВЕРЖДАЮ
г.Симферополь
ИП Д.А.Лобик
" 20 " 02 2026г.
Дата: 18.02.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	8 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	120	18,08	6,40	24,80	228,80
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная пшенная	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<i>Второй Завтрак</i>					
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,64	3,71	5,19	60,68
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
475	Картофельное пюре с морковью	180	3,48	8,64	22,20	181,20
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<i>Ужин</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
374	Мясо в кисло - сладком соусе	125	20,88	21,88	9,75	320,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	2,32	7,53	16,46	145,71
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00