

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор РБОУ РК "Симферопольская
 специальная школа - интернат №1"



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



Дата: 26.05.26

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
7 день							
<i>Завтрак</i>							
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	105	12,55	20,60	1,79	243,25
232	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	205	7,46	6,64	36,26	234,60
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория	180	180	4,05	3,33	16,29	111,60
<i>Второй Завтрак</i>							
385	Молоко кипяченое	180	180	5,22	4,50	8,64	96,30
<i>Обед</i>							
95	Икра морковная	80	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	10	0,24	1,50	0,32	15,75
333	Рыба запеченная	120	120	19,44	17,76	0,52	259,20
462	Рис, припущенный с томатом	150	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<i>Полдник</i>							
338	Плоды свежие	170	170	2,55	0,85	35,70	163,20
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	90	6,86	6,61	38,42	240,35
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
<i>Ужин</i>							
70	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	90	19,44	16,38	6,84	252,00
310	Картофель отварной	150	150	2,86	4,32	23,01	142,4
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<i>Второй ужин</i>							
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
580(ПР)	Кондитерские изделия	20	20	0,78	6,12	12,50	108,20
<i>Второй ужин дополнительно</i>							
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник _____ Зав. столовой _____ Ответственный по питанию _____							