

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор
 ГБОУ РК "Алупкинская санаторная
 школа-интернат"
 А.Ю. Смирнова
 2026г

УТВЕРЖДАЮ
 г.Симферополь
 ИП Д.А.Лобик
 " 2026г.

Дата: 21.04.2026

Меню

Сезон: Весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
2 день								
<i>Завтрак</i>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	140/20	23,38	17,69	44,80	432,00		
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	220/5	9,74	13,92	37,69	316,07		
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00		
<i>Обед</i>								
70	Овощи натуральные по сезону	100	1,12	0,10	3,50	20,00		
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75		
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75		
265	Плов	300	25,24	56,34	51,78	816,00		
573(п/р)	Хлеб пшеничный	100	7,60	0,80	49,20	234,00		
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00		
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00		
<i>Полдник</i>								
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80		
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12		
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40		
<i>Ужин</i>								
52	Салат из квашенной капусты	100	1,60	5,10	7,70	83,00		
411	Оладьи из печени по - кунцевски	130	26,78	18,46	24,70	371,80		
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20		
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00		
<i>Второй ужин</i>								
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00		
580(п/р)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20		
<i>Второй ужин дополнительно</i>								
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0		
Медицинский работник								
Зав. столовой								
Ответственный по питанию								