

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор

ГБОУ РК "Алупкинская санаторная школа - интернат"

А.Ю. Смирнова

2026г



ТВЕРЖДАЮ

ЛОБИК

ДЕНИС

АНДРЕЕВИЧ

г. Симферополь

Д.А. Лобик

2026г.

Дата: 24.03.2026

Меню

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	2 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	200/5	8,87	12,68	34,34	287,98
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Обед					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,90	0,08	2,80	16,00
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
265	Плов	250	21,03	46,95	43,15	680,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	Полдник					
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Ужин					
52	Салат из квашенной капусты	80	1,28	4,08	6,16	66,40
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,00
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин					
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(п/р)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
	Второй ужин дополнительно					
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					