

Фактическое ежедневное меню



Согласовано

Директор

ГБОУ РК "Алупкинская санаторная школа-интернат"

А.Ю. Смирнова

2025г



УТВЕРЖДАЮ

г.Симферополь

ИП Д.А.Лобик

"27" 10 2025г.

Дата: 27.10.2025

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	10 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
326	Суфле творожное	135	19,54	11,57	20,96	270,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	220/5	8,38	13,75	36,72	305,36
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак					
614	Булочка "Ароматная"	60	4,68	5,76	36,24	216,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед					
27	Салат из свеклы и моркови	100	1,30	6,10	7,30	89,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,25
322	Рагу из овощей и мяса	280	19,04	19,04	19,04	323,68
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник					
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин					
52	Икра овощная	100	1,30	2,70	3,80	45,00
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	100	17,40	9,80	11,00	204,00
462	Рис, припущенный с томатом	180	4,56	6,48	46,68	264,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
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
	Второй ужин					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					