

Фактическое ежедневное меню

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



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



Дата: 11.09.2026

Меню

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	12 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
279	Запеканка из творога с молоком сгущ.	140/15	24,65	11,94	23,25	300,70
172	Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	250	8,62	7,90	25,57	209,68
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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные	100	0,80	0,10	1,70	10,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,75
433	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
411	Оладьи из печени по - кунцевски	140	28,84	19,88	26,60	400,40
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(пр)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<i>Полдник</i>					
291	Манник с повидлом	100/20	5,69	3,29	27,03	161,22
338	Плоды свежие	160	0,64	0,64	15,68	75,20
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или ягод замороженных)	200	0,20	0,20	17,00	68,00
	<i>Ужин</i>					
1	Салат из капусты белокочанной	100	1,45	6,00	8,40	94,00
375	Плов из отварной птицы	280	17,22	11,48	34,72	312,20
573(пр)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					