

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Алупкинская санаторная
школа - интернат"
А.Ю. Смирнова
" 16 " 01 2025г

УТВЕРЖДАЮ
Госинспектор
ИП Д.А. Лобик
" 17 " 01 2025г
ДЕНИС
АНДРЕЕВИЧ

Дата: 17.01.2026

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	6 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
182	Каша жидкая молочная пшениная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак					
291	Манник с повидлом	100/10	5,71	3,30	27,13	161,86
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Обед					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	80	1,55	4,88	4,64	68,80
119	Суп картофельный с рыбой	200	9,44	3,12	8,64	100,40
293	Птица запеченная	90	18,13	21,09	0,07	263,45
205	Макароны отварные с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
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
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Полдник					
338	Фрукты свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин					
16	Салат из солёных огурцов с луком	80	0,64	4,80	2,08	54,40
334	Запеканка картофельная с мясом	240	15,36	12,84	20,40	360,00
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
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					