

Фактическое ежедневное меню

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

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

Дата: 30.01.2026.

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	5 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
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
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
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
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<i>Ужин</i>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	80	0,96	4,16	7,60	72,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	120	20,48	14,24	9,44	248,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
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
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					