

Фактическое ежедневное меню

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



УТВЕРЖДАЮ
 Директор ООО
 "Сбалансированное питание"
 г.Симферополь
 Ю.В. Евсюков
 "12" 05 2026г.



Дата: 13.05.2026

Меню

Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
10 день						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
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
<i>Обед</i>						
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,52	7,12	6,16	94,40
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	90	15,66	8,82	9,90	183,60
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	168,45
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
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<i>Полдник</i>						
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,0
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<i>Ужин</i>						
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
322	Рагу из овощей и мяса	250	17,00	17,00	17,00	289,00
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
<i>Второй ужин</i>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
581(п/р)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
Медицинский работник						
Зав. столовой						
Ответственный по питанию						