

Фактическое ежедневное меню

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

УТВЕРЖДАЮ
г.Симферополь
ИП Д.А.Лобик
2025г.
Дата: 28

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	11 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	220/5	6,83	7,24	34,29	229,39
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	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
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,80
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,13	5,19	12,94	116,79
310	Шницель рыбный натуральный	140	20,53	1,87	9,89	138,13
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	<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>					
45	Салат из белокочанной капусты	100	1,31	3,25	6,47	60,40
441	Чахохбили	150	26,80	26,60	7,60	377,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	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
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					