

Фактическое ежедневное меню

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

УТВЕРЖДАЮ
 г.Симферополь
 ИП Д.А.Лобик
 2025г

Дата: 20.12.

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

| № | Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|--------------------------|--|----------|----------|---------|------------------|----------|
| | | | всего | всего | | |
| 12 день | | | | | | |
| <i>Завтрак</i> | | | | | | |
| 14 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 |
| 223 | Запеканка из творога с молоком сгущ. | 140/20 | 23,38 | 17,69 | 44,80 | 432,00 |
| 182 | Каша жидкая молочная пшениная | 220/5 | 8,05 | 12,56 | 39,70 | 305,36 |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 93,60 |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,20 |
| 462 | Какао с молоком | 200 | 3,30 | 2,90 | 13,80 | 94,00 |
| <i>Второй Завтрак</i> | | | | | | |
| 399 | Блинчики с повидлом | 75/20 | 4,28 | 2,28 | 29,80 | 156,96 |
| 579 | Чай с шиповником | 200 | 0,40 | 0,10 | 18,40 | 77,00 |
| <i>Обед</i> | | | | | | |
| 70 | Овощи натуральные по сезону | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10 | 1,87 | 5,12 | 11,37 | 107,90 |
| 440 | Плов из птицы | 280 | 28,93 | 34,53 | 51,71 | 632,80 |
| 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 |
| 494 | Компот из плодов или ягод сушеных | 200 | 0,30 | 0,01 | 17,50 | 72,00 |
| <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> | | | | | | |
| 88 | Винегрет овощной | 100 | 1,40 | 10,10 | 6,60 | 123,00 |
| 347 | Котлеты "Школьные" | 100 | 16,83 | 12,10 | 14,63 | 234,30 |
| 476 | Картофель запечённый | 180 | 4,92 | 18,12 | 40,32 | 343,20 |
| 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 |
| 457 | Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 |
| <i>Второй ужин</i> | | | | | | |
| 386 | Кисломолочный напиток | 200 | 6,00 | 1,00 | 8,00 | 65,00 |
| Медицинский работник | | | | | | |
| Зав. столовой | | | | | | |
| Ответственный по питанию | | | | | | |