

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
2026г.

Дата: 05.10.2026,

Меню

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	8 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	125	18,83	6,67	25,83	238,33
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная пшениная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	100	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей	250	2,00	4,53	6,33	74,00
371/514	Печень, тушенная в соусе	110/50	21,44	13,76	14,24	537,60
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(пр)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
295	Пирожок с джемом	60	3,92	4,14	36,82	197,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<i>Ужин</i>					
71	Овощи натуральные	100	0,80	0,10	1,70	10,00
412/505	Фрикадельки в соусе	100/50	11,86	15,14	10,57	227,14
303	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,63	174,60
573(пр)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	45	3,06	0,59	17,91	89,10
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	<i>Второй ужин</i>					
385	Молоко кипячёное	200	5,80	5,00	9,60	107,00
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					