Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Алупкинская санаторная школа - интернат"
_____ А.Ю. Смирнова
"11" 11 2026г

УТВЕРЖДАЮ
Директор
ООО "Сбалансированное питание"
г.Симферополь
_____ Ю.В. Евсюков
"11" 11 2026г.

Дата: 12.11.2026

Меню

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	4 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
326	Суфле творожное	130	18,82	11,14	20,18	260,0
182	Каша жидкая молочная пшенная с м\с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед					
53	Салат "Витаминный"	100	1,20	5,20	9,50	90,00
101	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75
333	Рыба запеченная	175	28,35	25,90	0,77	378,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник					
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
399	Блинчики со сгущ. молоком	100/15	5,18	2,76	36,07	190,00
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин					
71	Овощи натуральные	100	0,80	0,10	1,70	10,00
347	Котлеты "Школьные"	100	15,30	11,00	13,30	213,00
139	Капуста тушеная	180	3,67	6,62	14,20	138,60
573(ПР)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	Второй ужин					
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	Медицинский работник					
	Зав. столовой					
	Ответственный по питанию					