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
"16" 11 2026г.

Дата: 16.11.2026

Меню

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	8 день					
	Завтрак					
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 пшенная 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
	Обед					
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
	Полдник					
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
	Ужин					
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
	Второй ужин					
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					