

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

_____ М.И.Дорогина
"__17__"____03____ 2026г

Дата: 19.03. 2026г.

Меню

Сезон:весенний Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	11 день (четверг)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	25	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	220/5	225	6,83	7,24	34,29	229,39
573(п р)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	626	626	30,04	42,72	78,93	820,28
	Обед						34,16
88	Винегрет овощной	100	100	1,40	10,10	6,60	123,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	260	2,18	5,30	13,20	119,08
310	Шницель рыбный натупальный	140	140	20,53	1,87	9,89	138,13
476	Картофель запеченный	180	180	4,92	18,12	40,32	343,20
573(п р)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	60	60	4,08	0,78	23,88	118,80
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	1050	1050	42,43	38,39	173,01	1215,25
	Полдник						15,02
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	495	495	10,09	9,16	101,74	534,12
	Ужин						22,84
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
441	Чахохбили	150	150	26,80	26,60	7,60	377,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(п р)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	710	710	37,77	31,33	95,11	812,37
	Второй ужин						4,93
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	220	220	6,98	5,94	23,40	175,20
	Второй ужин дополнительно						
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	3101	3101	127,32	127,54	472,91	3557,22
							100,00
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию		Куликова В.П					

