

**Фактическое ежедневное меню**

Согласовано  
 Директор  
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная  
 школа - интернат"

М.И.Дорогина  
 " 25 " \_\_\_\_\_ 05 \_\_\_\_\_ 2026г

Дата: 26.05. 2026г.

**Меню**

Сезон: весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
<b>9 день (вторник)</b>							
<b>Завтрак</b>							
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная пшеничная	200/5	205	4,98	10,52	32,62	245,02
573(п р)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Напиток из цикория	180	180	4,05	3,33	16,29	111,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>550</b>	<b>550</b>	<b>27,78</b>	<b>38,32</b>	<b>77,19</b>	<b>765,25</b>
<b>Обед</b>							
95	Икра морковная	80	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	20	0,14	0,39	0,87	8,30
333	Рыба запеченная	120	120	19,44	17,76	0,52	259,20
462	Рис припущенный с томатом	150	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(п р)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>860</b>	<b>860</b>	<b>35,92</b>	<b>36,03</b>	<b>135,87</b>	<b>1037,95</b>
<b>Полдник</b>							
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
401	Оладьи с молоком густенным	75/15	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
494	Компот из с/ф	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>460</b>	<b>460</b>	<b>9,71</b>	<b>7,47</b>	<b>91,62</b>	<b>475,55</b>
<b>Ужин</b>							
70	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	90	19,44	16,38	6,84	252,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	150	2,89	5,66	19,99	150,0
573(п р)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>590</b>	<b>590</b>	<b>28,32</b>	<b>21,59</b>	<b>72,33</b>	<b>595,35</b>
<b>Второй ужин</b>							
386	Кисломолочный напиток	150	200	0,20	0,10	9,30	38,00
580	Кондитерские изделия	20	20	0,78	6,12	12,50	108,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>200</b>	<b>6,18</b>	<b>7,02</b>	<b>19,70</b>	<b>166,70</b>
<b>Второй ужин дополнительно</b>							
	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за день</b>	<b>2660</b>	<b>2660</b>	<b>107,91</b>	<b>110,42</b>	<b>396,72</b>	<b>3040,80</b>
							<i>100,00</i>
Медицинский работник			Петрова Т.И				
Зав. столовой			Цуканова О.Н				
Ответственный по питанию			Куликова В.П				