

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 24 " 02 2026г

Дата: 25.02. 2026г.

Меню

Сезон:зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	3 день (среда)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	120	120	1,44	7,20	13,44	124,80
204	Макароны отварные с сыром	200	200	13,54	15,92	34,11	334,40
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
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	250	3,71	4,47	7,68	89,0
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Второй Завтрак						
581(П р)	Кондитерские изделия	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
459	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Обед						
34	Салат из свеклы с чесноком	100	100	1,40	6,10	7,50	91,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	255	2,13	5,19	12,94	116,79
496	Котлеты из филе птицы панцированные	100	100	12,66	8,76	3,81	159,00
143	Рагу из овощей	180	180	3,03	18,84	14,74	243,43
573(П р)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(П р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Полдник						
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин						
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
403/51 3	Тефтели (2 вариант)	100/50	150	24,30	22,20	6,60	324,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(П р)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(П р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй ужин						
385	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Медицинский работник						Петрова Т.И
	Зав. столовой						Цуканова О.Н
	Ответственный по питанию						Куликова В.П