

**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 12-18 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	220/5	225	5,46	11,55	35,81	268,93
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
467	Напиток из цикория	200	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>610</b>	<b>610</b>	<b>30,40</b>	<b>39,55</b>	<b>91,43</b>	<b>843,74</b>
<b>Обед</b>							
							<b>37,17</b>
95	Икра морковная	100	100	3,80	8,10	7,50	118,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	260	1,87	5,12	11,37	107,90
333	Рыба запеченная	150	150	24,30	22,20	0,66	324,00
462	Рис припущенный с томатом	180	180	4,56	6,48	46,68	264,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	60	60	4,08	0,78	23,88	118,80
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>610</b>	<b>610</b>	<b>30,40</b>	<b>39,55</b>	<b>91,43</b>	<b>843,74</b>
<b>Полдник</b>							
							<b>15,26</b>
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
494	Компот из с/ф	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
401	Оладьи с молоком свежими	100/15	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
	<b>Итого за прием</b>	<b>485</b>	<b>485</b>	<b>11,62</b>	<b>9,30</b>	<b>102,30</b>	<b>542,32</b>
<b>Ужин</b>							
							<b>18,96</b>
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	1,10	1,70	10,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	100	21,60	18,20	7,60	280,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	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
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>660</b>	<b>31,89</b>	<b>24,42</b>	<b>82,02</b>	<b>673,62</b>
<b>Второй ужин</b>							
							<b>4,87</b>
386	Кисломолочный напиток	200	200	6,00	1,00	8,00	65,00
580	Кондитерские изделия	20	20	0,78	6,12	12,50	108,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>6,78</b>	<b>7,12</b>	<b>20,50</b>	<b>173,20</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>3025</b>	<b>3025</b>	<b>127,66</b>	<b>125,17</b>	<b>470,42</b>	<b>3553,58</b>
Зав. столовой							
Ответственный по питанию				Куликова В.П			