

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 14 " 09 2026г

Дата: 15.09. 2026г.

Меню

Сезон:осенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	2 день (вторник)						
	Завтрак						
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	140/15	155	22,65	17,14	43,40	418,50
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200/5	205	8,87	12,68	34,34	287,98
573(П р)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(П р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	665	665	41,58	42,47	128,04	1061,07
	Обед						33,02
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	1,12	0,10	3,50	20,00
82	Борщ с капустой и картофелем	250/5	255	1,80	4,92	10,93	103,75
411	Оладьи из печени по - кунцевски	140	140	28,84	19,88	26,60	400,40
171	Картофель тушенныйс луком и томатом	180	180	3,92	15,11	27,19	259,20
80	Хлеб пшеничный	80	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(П р)	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель из сока плодов или ягод	200	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	1010	1010	39,60	64,51	160,44	1390,50
	Полдник						14,78
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
401	Оладьи с джемом	100/20	100/20	8,77	8,44	49,10	307,12
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	495	495	12,07	9,34	121,90	622,32
	Ужин						22,01
1	Салат из капусты	100	100	1,28	4,08	6,16	66,40
375	Плов из отварной птицы	280	280	21,03	46,95	43,15	680,00
573(П р)	Хлеб пшеничный	55	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(П р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
261	Чай	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	690	690	38,36	39,61	104,69	926,80
	Второй ужин						4,99
386	Кисломолочный напиток	200	200	6,00	1,00	8,00	65,00
580	Кондитерские изделия	15	15	0,78	6,12	12,50	108,20
	Итого за прием	215	215	6,58	11,12	20,90	210,20
	Итого за день	3080	3080	138,19	167,05	535,96	4210,89
Медицинский работник			Петрова Т.И				
Зав. столовой							
Ответственный по питанию			Куликова В.П				