

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 02 " 05 2024г

Дата: 03.05. 2024г.

Меню

Сезон:весенне-летний Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
5 день (пятница)							
Завтрак							
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный	87	87	8,09	14,40	1,53	168,00
140	Суп молочный с крупой (хлопья овсяные)	200	200	4,80	5,00	16,44	130,00
573(П)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
573(П)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория с молоком	200	200	4,50	3,70	18,10	124,00
Второй Завтрак							
401	Оладьи со сгущенным молоком	100/15	115	8,77	8,44	49,10	307,12
460	Чай с молоком	200	200	1,60	1,30	11,50	64,00
Обед							
70	Овощи натуральные по сезону	70	70	0,56	0,07	1,19	7,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60
321	Мясо тушёное	125	125	20,00	18,75	6,25	273,75
205	Макароны отварные с овощами	150	150	5,17	5,99	28,52	188,40
573(П)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
573(П)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Полдник							
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
Ужин							
85	Салат "Любительский"	70	70	1,26	7,07	4,97	88,20
346	Котлеты "Золотая рыбка"	100	100	17,07	11,87	7,87	206,67
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(П)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
573(П)	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
Второй ужин							
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(П р)	Кондитерские изделия	10	10	0,59	0,47	7,50	36,60
Медицинский работник			Петрова Т.И				
Зав. столовой			Цуканова О.Н				
Ответственный по питанию			Куликова В.П				