

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"
М.И.Дорогина
"__03__"____02__ 2026г

Дата: 04.02. 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		
	10 день (среда)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	20	20	4,64	5,90	0,00	72,00
326	Суфле творожное	135	135	19,54	11,57	20,96	270,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	220/5	225	8,38	13,75	36,72	305,36
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
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак						
614	Булочка "Ароматная"	60	60	4,68	5,76	36,24	216,00
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед						
27	Салат из свеклы и моркови	100	100	1,30	6,10	7,30	89,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	250	5,49	5,27	16,54	148,25
322	Рагу из овощей и мяса	280	280	19,04	19,04	19,04	323,68
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник						
338	Плоды 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						
52	Икра кабачковая (п/п)	100	100	1,30	2,70	3,80	45,00
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	100	100	17,40	9,80	11,00	204,00
462	Рис, припущенный с томатом	180	180	4,56	6,48	46,68	264,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
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
	Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50

Медицинский работник	Петрова Т.И
Зав. столовой	Цуканова О.Н
Ответственный по питанию	Куликова В.П