Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная школа - интернат"
_____М.И.Дорогина
"__11__"_____11_____ 2026г

Дата: 12.11. 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		
	4 день (четверг)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
326	Суфле творожное	135	135	19,54	11,57	20,96	270,0
141	Каша жидкая молочная пшенная с м/с	200\5	200\5	7,33	11,44	36,17	278.21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	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	***690***	***690***	***39,18***	***37,08***	***80,06***	***814,25***
	Обед						***34,51***
53	Салат витаминный	100	100	1,12	8,08	5,28	98,40
101	Суп картофельный с крупой	250	250	1,97	2,71	12,11	85,75
333	Рыба запеченная	175	175	22,33	22,17	6,33	314,17
142	Картофель и овощи тушенные в соусе	180	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	80	6,08	0,64	39,36	187,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,40	0,65	19,90	99,00
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	***1030***	***1030***	***44,95***	***46,72***	***131,04***	***1129,45***
	Полдник						***15,44***
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
399	Блинчики с повидлом	100/15	100/15	5,18	2,76	36,07	190,00
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	***495***	***495***	***8,48***	***3,66***	***108,78***	***505,20***
	Ужин						***19,81***
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
347	Котлеты "Школьные"	100	100	15,30	11,00	13,30	213,00
139	Капуста тушеная	180	180	4,11	3,69	40,71	212,57
573(ПР)	Хлеб пшеничный	55	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
459	Чай с сахаром	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	***660***	***660***	***26,27***	***15,73***	***100,81***	***648,37***
	Второй ужин						***5,35***
386	Кисломолочный напиток	200	200	5,80	500,00	8,40	102,00
581	Кондитерские изделия	15	15	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	**220**	**220**	**6,98**	**5,94**	**23,40**	**175,20**
	Второй ужин дополнительно						
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	**3095**	**3095**	**125,86**	**109,13**	**444,18**	**3272,47**
	Медицинский работник		**Петрова Т.И**				
	Зав. столовой		**Цуканова О.Н**				
	Ответственный по питанию			**Куликова В.П**			