

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директора
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 26 " 04 2024г

Дата: 27.04. 2024г.

Меню

Сезон: весенне-летний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
				всего	всего	ды, г	
	13 день (суббота)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
64	Салат "Изюминка"	90	90	0,90	0,18	12,06	54,00
204	Макароны отварные с сыром	160	160	10,83	12,74	27,29	267,52
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
467	Напиток из цикория с молоком	200	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	Второй Завтрак						
410	Ватрушки с творогом	75	75	9,22	5,48	29,18	202,00
460	Чай с молоком	200	200	1,60	1,30	11,50	64,00
	Обед						
104	Сельдь с луком	50	50	7,10	7,10	1,60	99,00
70	Овощи натуральные по сезону	50	50	0,56	0,05	1,75	10,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	250	2,43	5,95	7,90	95,00
395	Вареники с картофелем	235	235	25,18	6,45	46,29	344,24
433	Сметана 15 %	15	15	0,36	2,25	0,49	23,63
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						
25	Салат из припущ-ой моркови с зел. гор-ом	100	100	1,94	6,10	5,80	86,00
333	Рыба запеченная	130	130	21,06	19,24	0,57	280,80
241	Рис с овощами	180	180	4,98	3,18	42,60	218,77
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
581(пр)	Кондитерские изделия	15	15	0,89	0,71	11,25	54,90
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию		Куликова В.П					