

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
 школа - интернат"
 _____ М.И.Дорогина
 " 15 " _____ 09 _____ 2026г

Дата: 16.09. 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		
	3 день (среда)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	100	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макароны отварные с сыром	125	125	8,46	9,95	21,32	209,00
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
172	Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	210	210	3,32	2,81	16,74	10,56
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	645	645	18,96	28,48	73,63	629,74
	Обед						33,88
34	Салат из свеклы с чесноком	100	100	1,40	6,10	7,50	91,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	260	2,18	5,30	13,20	119,08
372	Шницели припущенные из птицы	100	100	18,13	21,09	0,07	263,45
143	Рагу из овощей (2 вариант)	180	180	3,03	18,84	14,74	243,43
573(п р)	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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1000	1000	40,22	58,77	121,94	1191,69
	Полдник						
338	Фрукты свежие	180	180	2,70	0,90	37,80	172,80
410	Ватрушка с творогом	75	75	4,42	3,92	24,00	149,17
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	455	455	9,93	6,78	108,80	538,95
	Ужин						22,26
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
403/51 3	Тефтели (2 вариант)	100/50	150	24,30	22,20	6,60	324,00
171	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	180	9,96	10,74	44,84	315,00
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
457	Чай	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	220	220	6,98	5,94	24,60	180,20
	Второй ужин						5,12
385	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00
581	Кондитерские изделия	15	15	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за день	3215	3215	109,25	128,66	314,34	3517,20
	Медицинский работник		Петрова Т.И				
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию		Куликова В.П				