

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директора
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

_____ М.И.Дорогина
" 17 " _____ 04 _____ 2026г

Дата: 20.04. 2026г.

Меню

Сезон:весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№ рсц	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
1 день (понедельник)							
Завтрак							
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	80	80	7,43	13,24	1,41	154,48
182	Каша жидкая молочная пшеница с м/с	200/5	205	7,33	11,44	36,17	278,21
573(п р)	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	530	530	24,06	39,19	69,86	729,64
Обед							
27	Салат из свеклы и моркови	80	80	1,04	4,88	5,84	71,20
155	Суп Любительский	200	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паповой	90	90	18,00	12,21	0,00	182,57
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	150	5,52	4,52	26,45	168,5
573(п р)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	820	820	37,24	24,64	133,91	907,02
Полдник							
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
614	Булочка "Ароматная"	50	50	3,90	4,80	30,20	180,00
495	Компот из смеси с/ф	180	180	0,54	0,09	18,09	75,60
	Итого за прием	410	410	7,14	5,79	86,09	428,40
Ужин							
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Картофель отварной	150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
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
457	Чай с лимоном	200	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	Итого за прием	660	660	24,57	7,75	79,03	485,11
Второй ужин							
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	200	6,58	1,84	22,20	131,70
Второй ужин дополнительно							
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	1,10	9,30	38,00
	Итого за день	2620	2620	99,59	79,21	391,08	2681,87

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