

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" _21_ " ____10____ 2026г

Дата: 22.10. 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		
	11 день (четверг)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	25	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210	Омлет с зеленым горошком	105	105	9,76	17,38	1,85	202,76
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	200/10	210	6,37	6,76	32,00	214,10
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
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	626	626	30,04	42,72	78,93	820,28
	Обед						34,16
116	Салат "мечта"	80	80	1,21	8,08	5,28	98,40
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	260	2,18	5,30	13,20	119,08
250	Бефстроганов	110	110	16,13	1,47	7,77	108,53
309	Макаронные изделия отварные	150	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(п р)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	60	60	4,08	0,78	23,88	118,80
548	Компот из свежих плодов или ягод сушеных (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	1050	1050	42,43	38,39	173,01	1215,25
	Полдник						15,02
338	Фрукты свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
410	Ватрушка с творогом	75	75	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	495	495	10,09	9,16	101,74	534,12
	Ужин						22,84
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
310	Шницель рыбный натуральный	150	150	26,80	26,60	7,60	377,00
476	Картофель запеченный	180	180	3,43	3,07	33,93	177,14
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
459	Чай	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	710	710	37,77	31,33	95,11	812,37
	Второй ужин						4,93
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	220	220	6,98	5,94	23,40	175,20
	Итого за день	3101	3101	127,32	127,54	472,91	3557,22
							100,00
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию		Куликова В.П					

