

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
 школа - интернат"
 ___ 17 ___ 04 ___ 2026г.

Дата: 18.04. 2026г.

Меню

Сезон:весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	13 день (суббота)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	80	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	125	8,46	9,95	21,32	209,00
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	200	200	2,97	3,57	6,14	71,2
573(п р)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	645	645	19,08	28,68	71,69	623,80
	Обед						36,46
37	Салат степной из разных овощей	100	100	3,60	10,20	7,80	137,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	210/40	210/40	8,95	9,58	7,50	152,00
372	Шницели припущенные из птицы	100	100	20,00	18,00	10,71	284,29
139	Капуста тушеная	180	180	3,67	6,62	14,20	138,60
573(п р)	Хлеб пшеничный	85	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Чай каркаде	200	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	955	955	45,40	45,61	111,96	1045,99
	Полдник						
338	Фрукты свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
410	Ватрушка с творогом	60	60	7,38	4,38	23,34	161,60
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	440	440	10,68	5,28	96,14	476,80
	Ужин						19,09
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
299	Рыба тушеная в томате с овощами	175	175	17,13	2,88	8,38	128,75
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
573(п р)	Хлеб пшеничный	55	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	35	35	2,38	0,46	13,93	69,30
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	745	745	28,22	9,15	88,18	547,57
	Второй ужин						6,09
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
385	Молоко кипяченое	200	200	5,8	5,00	9,60	107,00
	Итого за прием	220	220	7,94	5,24	23,84	174,60
	Второй ужин дополнительно						
385	Молоко кипяченое	200	200	5,8	5,00	9,60	107,00
457	Чай с сахаром	200	200	0,2	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	2625	2625	109,63	113,49	429,26	3186,11
							100,00
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						