

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 17 " 03 2026г

Дата: 19.03. 2026г.

Меню

Сезон:весенний; Возрастная категория 7-11 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)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	200/5	205	6,22	6,60	31,24	209,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	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	90,54
	Итого за прием	566	566	26,12	38,73	70,31	734,03
	Обед						31,61
88	Виннигрет овощной	80	80	1,21	8,08	5,28	98,40
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/10	210	1,76	4,28	10,66	96,18
310	Шницель рыбный натуральный	120	120	17,60	1,60	8,48	118,40
476	Картофель запеченный	150	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	860	860	32,19	31,30	133,62	951,35
	Полдник						15,53
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	470	470	8,18	7,33	91,06	467,35
	Ужин						23,00
70	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
441	Чахохбили	125	125	22,33	22,17	6,33	314,17
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	625	625	31,78	26,13	82,74	692,31
	Второй ужин						5,48
386	Кисломолочный напиток	150	150	4,50	0,75	6,00	48,75
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	200	6,40	5,44	22,56	165,00
	Второй ужин дополнительно						
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	2721	2721	104,68	108,93	400,29	3010,04
							100,00
	Медицинский работник	Петрова Т.И					
	Зав. столовой	Цуканова О.Н					
	Ответственный по питанию		Куликова В.П				

