

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
 школа - интернат"

М.И.Дорогина
 " 22 " 05 2026г

Дата: 24.05. 2026г.

Меню

Сезон: весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
7 день (воскресенье)							
Завтрак							
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	30	30	6,96	8,85	0,00	108,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая	220/5	225	6,83	7,24	34,29	229,39
573(П Р)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	35	35	2,38	0,46	13,93	69,30
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	656	656	33,20	44,64	88,61	888,38
Обед							
150	Икра кабачковая (п/п)	120	120	2,28	10,68	9,24	141,60
118/10 9	Суп с клецками	300	300	6,72	5,76	12,21	138,00
367	Жаркое по - домашнему	300	300	33,80	32,20	26,80	532,00
573(П Р)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
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	1070	1070	54,10	50,10	134,85	1216,60
Полдник							
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
399	Блинчики с повидлом	100/20	100/20	5,41	2,88	37,64	198,26
338	Плоды свежие	200	200	3,00	1,00	42,00	192,00
	Итого за прием	520	520	9,01	3,88	114,64	532,66
Ужин							
70	Овощи натуральные по сезону	120	120	0,96	0,12	2,04	12,00
308	Котлеты рыбные любительские	150	150	18,75	2,25	7,80	126,00
304	Рис отварной с маслом сливочным	200	200	4,87	7,17	48,91	279,60
573(П Р)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	790	790	33,60	10,85	122,59	720,40
Второй ужин							
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581	Кондитерские изделия	30	30	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	230	230	7,77	2,41	30,50	174,80
Второй ужин дополнительно							
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	3266	3266	137,67	111,88	491,19	3532,84
							100,00
Медицинский работник				Петрова Т.И			
Зав. столовой				Цуканова О.Н			
Ответственный по питанию				Куликова В.П			