

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 16 " 03 2026г

Дата: 17.03. 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
	9 день (вторник)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	205	4,98	10,52	32,62	245,02
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	Напиток из цикория	180	180	4,05	3,33	16,29	111,60
	Итого за прием	550	550	27,78	38,32	77,19	765,25
	Обед						34,13
95	Икра морковная	80	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	20	0,14	0,39	0,87	8,30
333	Рыба запеченная	120	120	19,44	17,76	0,52	259,20
462	Рис припущенный с томатом	150	150	3,80	5,40	38,90	220,00
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	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	860	860	35,92	36,03	135,87	1037,95
	Полдник						15,64
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
401	Оладьи с молоком	75/15	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
494	Компот из с/ф	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	460	460	9,71	7,47	91,62	475,55
	Ужин						19,58
70	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	90	19,44	16,38	6,84	252,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	150	2,89	5,66	19,99	150,0
573(п р)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п р)	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	590	590	28,32	21,59	72,33	595,35
	Второй ужин						5,48
386	Кисломолочный напиток	150	200	0,20	0,10	9,30	38,00
580	Кондитерские изделия	20	20	0,78	6,12	12,50	108,20
	Итого за прием	200	200	6,18	7,02	19,70	166,70
	Второй ужин дополнительно						
	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за день	2660	2660	107,91	110,42	396,72	3040,80
							100,00
	Медицинский работник						Петрова Т.И
	Зав. столовой						Цуканова О.Н
	Ответственный по питанию						Куликова В.П