

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

_____ М.И.Дорогина
"__28__"____11____ 2025г.

Дата: 29.11. 2025г.

Меню

Сезон:осенний; 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	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак						
410	Ватрушки с творогом	75	75	9,22	5,48	29,18	202,00
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	200	1,94	4,76	6,32	76,00
372	Шницели припущенные из птицы	90	90	18,00	16,20	9,64	255,86
139	Капуста тушеная	180	180	3,67	6,62	14,20	138,60
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник						
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Ужин						
14	Салат из свежих огурцов	80	80	0,56	4,80	1,44	51,20
333	Рыба запеченная	120	120	19,44	17,76	0,52	259,20
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
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
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин						
386	Чай с сахаром	200/10	200	0,2	0,10	9,30	38,00
	Медицинский работник				Петрова Т.И		
	Зав. столовой				Цуканова О.Н		
	Ответственный по питанию				Куликова В.П		