

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"
" 22 " 10 2026г
М.И.Дорогина

Дата: 23.10. 2026г.

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
	12 день (пятница)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком егущ.	105/15	120	17,54	13,27	33,60	324,00
182	Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	200	200	7,15	11,16	35,29	271,43
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
462	Какао с молоком	180	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	565	565	31,56	35,07	105,04	862,61
	Обед						33,06
71	Овощи натуральные	80	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	205	1,48	4,03	8,96	85,08
411	Оладьи из печени по- купецки	90	90	9,30	11,10	16,62	203,40
312	Пюре картофельное	150	150	3,06	4,80	20,44	137,25
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
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	840	840	38,21	43,71	125,12	1053,35
	Полдник						
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
291	Манник с повидлом	75/10	75/10	4,00	1,40	23,90	124,00
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих(или ягодзамороженных)	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	840	840	38,21	43,71	125,12	1053,35
	Ужин						19,80
1	Салат из капусты белокочанной	80	80	1,28	4,08	6,16	66,40
375	Плов из отварной птицы	240	240	16,83	12,10	14,63	234,30
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	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	590	590	26,55	21,79	82,35	630,95
	Второй ужин						6,28
386	Кисломолочный напиток	190	190	5,22	4,50	7,56	91,80
580	Кондитерские изделия	10	10	0,78	6,21	12,50	108,20
	Итого за прием	200	200	6,00	10,62	20,06	200,00
	Итого за день	2625	2625	109,63	113,49	429,26	3186,11
							100,00
	Медицинский работник						Петрова Т.И
	Зав. столовой						
	Ответственный по питанию						Куликова В.П