

Фактическое ежедневное меню
Согласовано
Директор
ГБОУ РК
"Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 15 " 09 2026г

Дата: 16.09. 2026г.

Меню

Сезон:осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	3 день (среда)						
	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	100	100	6,77	7,96	17,06	167,20
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
172	Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
379	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,85	2,41	14,35	90,54
	Итого за прием	645	645	18,96	28,48	73,63	629,74
	Обед						32,88
34	Салат из свеклы с чесноком	80	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	255	2,13	5,19	12,94	116,79
372	Шницели припущенные из птицы	90	90	18,13	21,09	0,07	263,45
143	Рагу из овощей (2 вариант)	150	150	2,53	15,70	12,29	202,86
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
494	Компот из с/ф	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	830	830	31,35	48,21	92,71	941,66
	Полдник						16,21
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
410	Ватрушка с творогом	60	60	4,42	3,92	24,00	149,17
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	430	430	7,72	4,82	96,80	464,37
	Ужин						23,01
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	90/40	130	21,06	19,24	5,72	280,80
171	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	150	8,30	8,95	37,37	262,50
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
457	Чай	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	630	630	30,51	23,20	82,13	658,94
	Второй ужин						5,92
385	Молоко кипяченое	190	190	5,51	4,75	9,12	101,65
581	Кондитерские изделия	10	10	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	200	6,40	5,44	23,64	169,50
	Итого за день	2735	2735	87,22	105,33	272,10	2864,21
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой							
Ответственный по питанию		Куликова В.П					