

Фактическое ежедневное меню

Согласовано  
Директора  
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная  
школа - интернат"

\_\_\_\_\_М.И.Дорогина  
" 26 " \_\_\_\_\_12\_\_\_\_\_ 2025г

Дата: 29.12. 2025г.

Меню

Сезон:зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№ рецеп	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	<b>1 день (понедельник)</b>						
	<b>Завтрак</b>						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшениная с м/с	200/5	205	7,33	11,44	36,17	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
459	Чай с лимоном	200	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Второй Завтрак</b>						
581(пр)	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
379	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	<b>Обед</b>						
27	Салат из свеклы и моркови	80	80	1,04	4,88	5,84	71,20
155	Суп Любительский	200	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паровой	90	90	18,00	12,21	0,00	182,57
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	150	2,89	5,66	19,99	150,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
389	Сок фруктовый	200	200				
	<b>Ужин</b>						
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	150	150	4,50	0,75	6,00	48,75
	Медицинский работник			Петрова Т.И			
	Зав. столовой			Цуканова О.Н			
	Ответственный по питанию			Куликова В.П			