

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директора
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 28 " 11 2025г

Дата: 29.11. 2025г.

Меню

Сезон:осенний; Возрастная категория 12-18 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	120	120	1,44	7,20	13,44	124,80
204	Макароны отварные с сыром	200	200	13,54	15,92	34,11	334,40
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	250	3,71	4,47	7,68	89,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
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						
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	250	2,43	5,95	7,90	95,00
372	Шницели припущенные из птицы	100	100	20,00	18,00	10,71	284,29
139	Капуста тушеная	180	180	3,67	6,62	14,20	138,60
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Полдник						
338	Фрукты 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	100	100	0,70	6,00	1,80	64,00
333	Рыба запеченная	140	140	22,68	20,72	0,61	302,40
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Медицинский работник				Петрова Т.И		
	Зав. столовой				Цуканова О.Н		
	Ответственный по питанию				Куликова В.П		