

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

**Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"**

**М.и.Дорогина
" 29 " 12 2025г**

Дата: 30.12. 2025г.

Меню

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

| № | Наименование блюда | Выход, г | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углево- ды, г | ЭЦ, ккал |
|-------------|---|----------|----------|----------|---------|------------------|----------|
| | | | | всего | всего | | |
| | 2 день (вторник) | | | | | | |
| | Завтрак | | | | | | |
| 14 | Масло сливочное (порциями) | 10 | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 |
| 223 | Запеканка из творога с молоком сгущ. | 140/20 | 160 | 23,38 | 17,69 | 44,80 | 432,00 |
| 183 | Каша жидккая молочная из гречневой крупы | 220/5 | 225 | 9,74 | 13,92 | 37,69 | 316,07 |
| 573(П Р) | Хлеб пшеничный | 50 | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 |
| 575(П Р) | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,20 |
| 462 | Чай с шиповником | 200 | 200 | 3,30 | 2,90 | 13,80 | 94,00 |
| | Второй Завтрак | | | | | | |
| 399 | Блинчики с повидлом | 75/20 | 95 | 4,28 | 2,28 | 29,80 | 156,96 |
| 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 |
| 82 | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 250 | 2,03 | 5,02 | 13,44 | 117,00 |
| 265 | Плов | 250 | 250 | 27,48 | 28,15 | 43,37 | 536,67 |
| 573(П Р) | Хлеб пшеничный | 70 | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 163,80 |
| 575(П Р) | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | 40 | 2,72 | 0,52 | 15,92 | 79,20 |
| 481 | Кисель витаминный | 200 | 200 | 0,10 | 0,10 | 12,40 | 51,00 |
| | 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 | | | | | | |
| 47 | Салат из капусты | 100 | 100 | 1,71 | 5,00 | 8,46 | 85,70 |
| 411 | Оладьи из печени по - кунцевски | 120 | 120 | 24,72 | 17,04 | 22,80 | 343,20 |
| 142 | Картофель и овощи, тушенные в соусе | 180 | 180 | 3,92 | 15,11 | 27,19 | 259,20 |
| 573(П Р) | Хлеб пшеничный | 70 | 70 | 5,32 | 0,56 | 34,44 | 163,80 |
| 575(П Р) | 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 ужин | | | | | | |
| 386 | Кисломолочный напиток | 200 | 200 | 6,00 | 1,00 | 8,00 | 65,00 |

Медицинский работник

Петрова Т.И

Зав. столовой

Цуканова О.Н

Ответственный по питанию

Куликова В.П