

Фактическое ежедневное меню

Согласовано

Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 26 " 02 2026г

Дата: 27.02. 2026г.

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		
	5 день (пятница)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	220/5	225	8,38	13,75	36,72	305,36
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	40	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						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	250	5,49	5,27	16,54	148,25
440	Плов из птицы	280	280	28,93	34,53	51,71	632,80
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
495	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Полдник						
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
338	Плоды свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
	Ужин						
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	100	100	1,20	5,20	9,50	90,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	140	140	23,89	16,61	11,01	289,33
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	180	3,92	15,11	27,19	259,20
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
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Медицинский работник				Петрова Т.И		
	Зав. столовой				Цуканова О.И		
	Ответственный по питанию				Куликова В.П		