

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
 Директор
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
 школа - интернат"

_____ М.И.Дорогина
 " 17 " _____ 04 _____ 2026г

Дата: 20.04. 2026г.

Меню

Сезон:весенний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рсц	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	1 день (понедельник)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	20	20	4,64	5,90	0,00	72,00
210	Омлет натуральный	80	80	7,43	13,24	1,41	154,48
182	Каша жидкая молочная пшеница с м/с	220/5	225	8,05	12,56	39,70	305,36
573(п р)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	595	595	27,69	42,26	83,88	828,04
	Обед						35,92
27	Салат из свеклы и моркови	100	100	1,30	6,10	7,30	89,00
155	Суп Любительский	250	250	5,90	2,60	25,30	149,00
331	Бифштекс рубленый паповой	100	100	20,00	13,57	0,00	202,86
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	180	6,62	5,42	31,73	202,1
573(п р)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	50	50	3,40	0,65	19,90	99,00
389	Сок фруктовый	200	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	Итого за прием	980	980	45,42	29,14	168,43	1118,40
	Полдник						15,19
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
614	Булочка "Ароматная"	60	60	4,68	5,76	36,24	216,00
495	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за прием	440	440	7,98	6,76	94,14	472,80
	Ужин						17,85
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	175	17,13	2,88	8,38	128,75
309	Картофель отварной	180	180	6,62	5,42	31,73	202,14
573(п р)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,2
457	Чай с лимоном	200	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	Итого за прием	745	745	28,50	9,18	89,51	555,77
	Второй ужин						4,44
386	Кисломолочный напиток	200	200	6,00	1,00	8,00	65,00
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	220	220	7,18	1,94	23,00	138,20
	Второй ужин дополнительно						
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	1,10	9,30	38,00
	Итого за день	2980	2980	116,76	89,27	458,96	3113,21
							100,00
	Медицинский работник						Петрова Т.И
	Зав. столовой						Цуканова О.Н
	Ответственный по питанию						Куликова В.П