

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 7-11 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.	105/15	120	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200/5	205	8,87	12,68	34,34	287,98
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак						
399	Блинчики со сметаной	60/15	75	3,38	1,80	23,52	123,91
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Обед						
70	Овощи натуральные по сезону	70	70	0,56	0,07	1,19	7,00
82	Борщ с капустой и картофелем	200	200	1,62	4,01	10,75	93,60
265	Плов	225	225	24,74	25,34	39,03	483,00
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
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	70	70	1,19	3,50	5,92	59,99
411	Оладьи из печени по - кунцевски	90	90	18,54	12,78	17,10	257,40
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	150	3,26	12,59	22,66	216,00
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	38,00
	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					