

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

_____**М.И.Дорогина**
 " _21_ " ____10__ 2026г

Дата: 22.10. 2026г.

Меню

Сезон:осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	11 день (четверг)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет с зеленым горошком	125	125	11,62	20,69	2,20	241,38
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	200/5	205	6,22	6,60	31,24	209,00
573(пр.)	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(пр.)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	180	180	2,85	2,41	14,35	90,54
	Итого за прием	566	566	26,12	38,73	70,31	734,03
	Обед						31,61
116	Салат "мечта"	80	80	1,21	8,08	5,28	98,40
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	205	1,72	4,18	10,41	93,89
250	Бефстроганов	110	110	16,13	1,47	7,77	108,53
309	Макаронные изделия отварные	150	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(пр.)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр.)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Компот из свежих плодов или ягод сушеных (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	860	860	32,19	31,30	133,62	951,35
	Полдник						15,53
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
410	Ватрушка с творогом	60	60	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	470	470	8,18	7,33	91,06	467,35
	Ужин						23,00
70	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
310	Шницель рыбный натуральный	120	120	21,44	21,28	6,08	301,60
476	Картофель запеченный	150	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(пр.)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр.)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	625	625	31,78	26,13	82,74	692,31
	Второй ужин						5,48
386	Кисломолочный напиток	150	150	4,50	0,75	6,00	48,75
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	200	6,40	5,44	22,56	165,00
	Итого за день	2721	2721	104,68	108,93	400,29	3010,04
							100,00
	Медицинский работник			Петрова Т.И			
	Зав. столовой			Цуканова О.Н			
	Ответственный по питанию			Куликова В.П			

