

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 02 " 02 2026г

Дата: 03.02. 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		
	9 день (вторник)						
	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 рисовая	220/5	225	5,46	11,55	35,81	268,93
573(пр)	Хлеб пшеничный	35	35	2,66	0,28	17,22	81,90
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Второй Завтрак						
581(пр)	Кондитерские изделия	30	30	1,77	1,41	22,50	109,80
385	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	260	1,87	5,12	11,37	107,90
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	175	17,13	2,88	8,38	128,75
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	180	6,62	5,42	31,73	202,14
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	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						
36	Салат овощной с яблоками и свеклой	100	100	1,50	10,10	4,40	115,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	100	21,60	18,20	7,60	280,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
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
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию			Куликова В.П				