

**Фактическое ежедневное меню**

Согласовано

**Директор  
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная  
школа - интернат"**

\_\_\_\_\_  
" 15 " \_\_\_\_\_ 04 \_\_\_\_\_ 2026г  
М.И.Дорогина

Дата: 16.04. 2026г.

**Меню**

Сезон:весенний Возрастная категория 12-18 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
<b>11 день (четверг)</b>							
<b>Завтрак</b>							
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	25	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	220/5	225	6,83	7,24	34,29	229,39
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
	<b>Итого за прием</b>	<b>626</b>	<b>626</b>	<b>30,04</b>	<b>42,72</b>	<b>78,93</b>	<b>820,28</b>
<b>Обед</b>							
88	Винегрет овощной	100	100	1,40	10,10	6,60	123,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	260	2,18	5,30	13,20	119,08
310	Шницель рыбный натуральный	140	140	20,53	1,87	9,89	138,13
476	Картофель запеченный	180	180	4,92	18,12	40,32	343,20
573(п р)	Хлеб пшеничный	100	100	7,60	0,80	49,20	234,00
575(п р)	Хлеб ржано-пшеничный	60	60	4,08	0,78	23,88	118,80
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>1050</b>	<b>1050</b>	<b>42,43</b>	<b>38,39</b>	<b>173,01</b>	<b>1215,25</b>
<b>Полдник</b>							
338	Плоды свежие	180	180	0,72	0,72	17,64	84,60
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<b>Итого за прием</b>	<b>495</b>	<b>495</b>	<b>10,09</b>	<b>9,16</b>	<b>101,74</b>	<b>534,12</b>
<b>Ужин</b>							
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
441	Чахохбили	150	150	26,80	26,60	7,60	377,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(п р)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п р)	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
	<b>Итого за прием</b>	<b>710</b>	<b>710</b>	<b>37,77</b>	<b>31,33</b>	<b>95,11</b>	<b>812,37</b>
<b>Второй ужин</b>							
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>220</b>	<b>220</b>	<b>6,98</b>	<b>5,94</b>	<b>23,40</b>	<b>175,20</b>
<b>Второй ужин дополнительно</b>							
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за день</b>	<b>3101</b>	<b>3101</b>	<b>127,32</b>	<b>127,54</b>	<b>472,91</b>	<b>3557,22</b>
							<b>100,00</b>
<b>Медицинский работник</b>			<b>Петрова Т.И</b>				
<b>Зав. столовой</b>			<b>Цуканова О.Н</b>				
<b>Ответственный по питанию</b>			<b>Куликова В.П</b>				

