

## Фактическое ежедневное меню

Согласовано  
 Директор  
 ГБОУ РК "Ливадийская санаторная  
 школа - интернат"  
 М.И.Дорогина  
 " 05 " 12 2022г

Дата: 06.12. 2022г.

### Меню

Сезон: Осенне - зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	<b>9 день (вторник)</b>						
	<b>Завтрак</b>						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
18	Бутерброд горячий "Загорка"	60	60	6,50	6,88	14,88	146,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	200	200	7,45	12,22	32,64	271,43
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Второй Завтрак</b>						
402	Оладьи с изюмом	100	100	5,07	2,20	16,87	107,33
471	Молоко сгущенное	15	15	1,08	1,28	8,33	49,05
457	Чай с сахаром	200/10	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Обед</b>						
70	Овощи натуральные по сезону	70	70	0,56	0,07	1,19	7,00
116	Суп из овощей	200	200	1,60	3,62	5,06	59,20
3	Сердце в соусе	75/50	125	15,83	10,95	4,76	198,75
209	Каша кукурузная	150	150	3,95	4,67	32,80	189,09
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	200	0,80	0,80	19,60	94,00
	<b>Ужин</b>						
45	Салат из белокочанной капусты	70	70	0,92	2,27	4,53	42,28
368	Суфле из птицы	90	90	11,59	11,48	3,94	165,38
475	Картофельное пюре с морковью	150	150	2,90	7,20	18,50	151,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	150	150	4,50	0,75	6,00	48,75
	<b>Медицинский работник</b>						
	<b>Зав. столовой</b>						<b>Цуканова О.Н</b>
	<b>Ответственный по питанию</b>						<b>Куликова В.П</b>