

## 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 12-18 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	250	250	9,31	15,27	40,80	339,29
573(П д)	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
	<b>Второй Завтрак</b>						
402	Оладьи с изюмом	150	150	7,60	3,30	25,30	161,00
471	Молоко сгущенное	20	20	1,44	1,70	11,10	65,40
457	Чай с сахаром	200/10	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Обед</b>						
70	Овощи натуральные по сезону	100	100	0,80	0,10	1,70	10,00
116	Суп из овощей	250	250	2,00	4,53	6,33	74,00
33	Сердце в соусе	100/50	150	18,99	13,14	5,72	238,50
209	Каша кукурузная	180	180	4,74	5,61	39,36	226,90
573(П д)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
573(П д)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
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	100	100	1,31	3,25	6,47	60,40
368	Суфле из птицы	100	100	12,88	12,75	4,38	183,75
475	Картофельное пюре с морковью	180	180	3,48	8,64	22,20	181,20
573(П д)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
573(П д)	Хлеб ржано-пшеничный	40	40	2,72	0,52	15,92	79,20
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	<b>Медицинский работник</b>						
	<b>Зав. столовой</b>						<b>Цуканова О.Н</b>
	<b>Ответственный по питанию</b>						<b>Куликова В.П</b>