

# 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 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
211	Омлет с сыром	105	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная рисовая	200/5	205	4,98	10,52	32,62	245,02
573(П Р)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Второй Завтрак</b>						
581(П Р)	Кондитерские изделия	20	20	1,18	0,94	15,00	73,20
385	Молоко кипяченое	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Обед</b>						
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	205	1,48	4,03	8,96	85,08
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(П Р)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Полдник</b>						
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
	<b>Ужин</b>						
36	Салат овощной с яблоками и свеклой	80	80	1,20	8,08	3,52	92,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	90	19,44	16,38	6,84	252,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	180	3,46	6,79	23,98	180,0
573(П Р)	Хлеб пшеничный	50	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(П Р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	150	200	0,20	0,10	9,30	38,00
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию		Куликова В.П					