

Фактическое ежедневное меню

Согласовано
Директор
ГБОУ РК "Ливадийская санаторная
школа - интернат"

М.И.Дорогина
" 28 " 11 2025г

Дата: 30.11. 2025г.

Меню

Сезон: осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	14 день (воскресенье)						
	Завтрак						
14	Масло (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	115	115	17,33	6,13	23,77	219,27
471	Молоко сгущенное	15	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	205	7,63	12,52	33,45	278,21
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
457	Чай с сахаром	200	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Второй Завтрак						
291	Манник с повидлом	100/10	110	5,71	3,30	27,13	161,86
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	10,06
459	Чай с лимоном	200/10/7	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
119	Суп картофельный с рыбой	200	200	9,44	3,12	8,64	100,40
369	Гуляш	125	125	19,63	19,88	3,88	272,50
211	каша гречневая	150	150	2,32	7,53	16,46	145,71
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
481	Кисель витаминный	200	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Полдник						
461	Чай каркаде	200	200	0,00	0,01	14,00	56,00
338	Фрукты свежие	170	170	0,68	0,68	16,66	79,90
	Ужин						
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	80	80	0,96	4,16	7,60	72,00
368	Суфле из птицы	90	90	11,59	11,48	3,94	165,38
312	Пюре картофельное	180	180	3,68	5,76	24,53	164,70
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
	Второй ужин						
386	Кисломолочный напиток	150	150	4,50	0,75	6,00	48,75
Медицинский работник		Петрова Т.И					
Зав. столовой		Цуканова О.Н					
Ответственный по питанию		Куликова В.П					