

Согласовано  
Директор ГБОУ РК  
"Феодосийская санаторная  
школа-интернат"  
г. Феодосия  
И.В. Калинина  
" 27 " 2026г.



Утверждаю  
Директор  
ООО "Сбалансированное питание"  
г. Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
" 27 " февраля 2026г.



**Основное (организованное) циклическое меню для детей,  
находящихся на обучении в школах - интернатах, СанПиН 2.3/2.4.3590-**

**20**

**Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет**



## Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>2 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>24,13</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	200/5	8,87	12,68	34,34	287,98
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
<b>Итого за прием</b>						<b>872,38</b>
<i>Обед</i>						<b>33,14</b>
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
265	Плов	250	21,03	46,95	43,15	680,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
<b>Итого за прием</b>						<b>1198,35</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,37</b>
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>						<b>555,55</b>
<i>Ужин</i>						<b>21,83</b>
486	Капуста тушенная с яблоками	80	1,68	3,04	10,96	94,40
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>789,40</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,53</b>
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(пр)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
<b>Итого за прием</b>						<b>200,00</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>						<b>3615,68</b>
						<b>100,00</b>

### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>3 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>21,34</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	200	2,97	3,57	6,14	71,2
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54
<b>Итого за прием</b>						<b>629,74</b>
<i>Обед</i>						<b>31,91</b>
34	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский	200	1,67	4,07	10,15	91,60
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
293	Птица запеченная	90	18,13	21,09	0,07	263,45
143	Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
<b>Итого за прием</b>						<b>941,66</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,74</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
541	Булочка ванильная	50	4,42	3,92	24,00	149,17
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>						<b>464,37</b>
<i>Ужин</i>						<b>25,26</b>
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,52	7,12	6,16	94,40
403/513	Тефтели (2 вариант)	90/40	21,06	19,24	5,72	280,80
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>745,34</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,74</b>
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<b>Итого за прием</b>						<b>169,50</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>						<b>2950,61</b>
						<b>100,00</b>



## Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>5 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>24,71</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория	180	4,05	3,33	16,29	111,60
<b>Итого за прием</b>						<b>808,86</b>
<i>Обед</i>						<b>33,87</b>
151	Икра баклажанная (промышленного производства)	80	1,36	10,64	4,08	117,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
<b>Итого за прием</b>						<b>1108,40</b>
<i>Полдник</i>						<b>13,42</b>
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
545	Сдоба обыкновенная	50	4,00	1,40	23,90	124,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>						<b>439,20</b>
<i>Ужин</i>						<b>22,96</b>
486	Капуста тушенная с яблоками	80	1,68	3,04	10,96	94,40
346	Котлеты "Золотая рыбка"	120	20,48	14,24	9,44	248,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>751,40</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,04</b>
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
581(п/р)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<b>Итого за прием</b>						<b>165,00</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>						<b>3272,86</b>
						<b>100,00</b>

## Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>6 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>25,76</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
<b>Итого за прием</b>						<b>862,61</b>
<i>Обед</i>						<b>33,69</b>
21	Салат из моркови припущенной	100	1,20	6,00	11,20	104,00
119	Суп картофельный с рыбой	250	11,80	3,90	10,80	125,50
293	Птица запеченная	100	20,15	23,44	0,07	292,73
205	Макаронные отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226,08
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
<b>Итого за прием</b>						<b>1128,41</b>
<i>Полдник</i>						<b>14,60</b>
338	Фрукты свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
291	Манник с м/с	100/5	5,45	3,15	25,90	154,50
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>						<b>488,90</b>
<i>Ужин</i>						<b>21,83</b>
95	Икра свекольная	100	3,80	8,10	7,50	118,00
334	Запеканка картофельная с мясом	250	16,00	13,38	21,25	375,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>731,00</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>4,13</b>
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<b>Итого за прием</b>						<b>138,20</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>						<b>3349,12</b>
						<b>100,00</b>

### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>7 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>22,70</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая с м\с	200/5	6,22	6,60	31,24	209,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>545</b>	<b>24,98</b>	<b>36,10</b>	<b>67,92</b>	<b>695,88</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,48</b>
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,00
118/109	Суп с клецками	250	5,60	4,80	10,18	115,00
367	Жаркое по - домашнему	250	28,17	26,83	22,33	443,33
573(пр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>925</b>	<b>45,14</b>	<b>41,74</b>	<b>115,45</b>	<b>1026,43</b>
	<i>Полдник</i>					<b>15,76</b>
338	Плоды свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>490</b>	<b>7,65</b>	<b>3,16</b>	<b>105,23</b>	<b>483,10</b>
	<i>Ужин</i>					<b>23,55</b>
88	Винегрет овощной	100	1,40	10,10	6,60	123,00
308	Котлеты рыбные любительские	130	16,25	1,95	6,76	109,20
304	Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64
573(пр)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>700</b>	<b>28,89</b>	<b>19,49</b>	<b>107,87</b>	<b>721,84</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>4,51</b>
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>220</b>	<b>7,18</b>	<b>1,94</b>	<b>23,00</b>	<b>138,20</b>
	<i>Второй ужин дополнительно</i>					
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	<b>Итого за день</b>	<b>2880</b>	<b>113,85</b>	<b>102,44</b>	<b>419,46</b>	<b>3065,45</b>

**100,00**



### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>9 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>24,57</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
232	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	7,46	6,64	36,26	234,60
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория	180	4,05	3,33	16,29	111,60
<b>Итого за прием</b>		<b>550</b>	<b>27,78</b>	<b>38,32</b>	<b>77,19</b>	<b>765,25</b>
<i>Обед</i>						<b>33,33</b>
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
333	Рыба запеченная	120	19,44	17,76	0,52	259,20
462	Рис, припущенный с томатом	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>860</b>	<b>35,92</b>	<b>36,03</b>	<b>135,87</b>	<b>1037,95</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,27</b>
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
<b>Итого за прием</b>		<b>460</b>	<b>9,71</b>	<b>7,47</b>	<b>91,62</b>	<b>475,55</b>
<i>Ужин</i>						<b>21,47</b>
84	Салат "Пёстрый"	80	1,07	4,13	10,00	81,33
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	19,44	16,38	6,84	252,00
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,4
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>590</b>	<b>28,75</b>	<b>25,64</b>	<b>80,97</b>	<b>668,68</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,35</b>
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
580(ПР)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,18</b>	<b>7,02</b>	<b>19,70</b>	<b>166,70</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>		<b>2660</b>	<b>108,33</b>	<b>114,47</b>	<b>405,36</b>	<b>3114,14</b>
						<b>100,00</b>

### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>10 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>26,08</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
<b>Итого за прием</b>						<b>741,31</b>
<i>Обед</i>						<b>32,74</b>
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,52	7,12	6,16	94,40
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	90	15,66	8,82	9,90	183,60
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(ппр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>						<b>930,65</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,93</b>
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>452,80</b>
<i>Ужин</i>						<b>19,46</b>
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
322	Рагу из овощей и мяса	250	17,00	17,00	17,00	289,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>						<b>553,20</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,80</b>
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
581(ппр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<b>Итого за прием</b>						<b>165,00</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Итого за день</b>						<b>2842,96</b>

**100,00**

### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>11 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>23,53</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	200/5	6,22	6,60	31,24	209,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54
<b>Итого за прием</b>		<b>566</b>	<b>26,12</b>	<b>38,73</b>	<b>70,31</b>	<b>734,03</b>
<i>Обед</i>						<b>30,50</b>
88	Винегрет овощной	80	1,12	8,08	5,28	98,40
96	Рассольник ленинградский	200	1,67	4,07	10,15	91,60
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,40
476	Картофель запечённый	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
<b>Итого за прием</b>		<b>860</b>	<b>32,19</b>	<b>31,30</b>	<b>133,62</b>	<b>951,35</b>
<i>Полдник</i>						<b>14,98</b>
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>470</b>	<b>8,18</b>	<b>7,33</b>	<b>91,06</b>	<b>467,35</b>
<i>Ужин</i>						<b>25,71</b>
151	Икра баклажанная (промышленного производства)	80	1,36	10,64	4,08	117,60
441	Чахохбили	125	22,33	22,17	6,33	314,17
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>625</b>	<b>32,50</b>	<b>36,69</b>	<b>85,46</b>	<b>801,91</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,29</b>
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,40</b>	<b>5,44</b>	<b>22,56</b>	<b>165,00</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>		<b>2721</b>	<b>105,40</b>	<b>119,49</b>	<b>403,01</b>	<b>3119,64</b>

**100,00**



## Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>13 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>21,08</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	200	2,97	3,57	6,14	71,2
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
<b>Итого за прием</b>		<b>645</b>	<b>19,08</b>	<b>28,68</b>	<b>71,69</b>	<b>623,80</b>
<i>Обед</i>						<b>35,35</b>
37	Салат "Степной" из разных овощей	100	3,60	10,20	7,80	137,00
123/145	Суп картофельный с мясными фрикадельками	210/40	8,95	9,58	7,50	152,00
372	Шницели припущенные из птицы	100	20,00	18,00	10,71	284,29
139	Капуста тушеная	180	3,67	6,62	14,20	138,60
573(пр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
<b>Итого за прием</b>		<b>955</b>	<b>45,40</b>	<b>45,61</b>	<b>111,96</b>	<b>1045,99</b>
<i>Полдник</i>						<b>16,11</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
410	Ватрушки с творогом	60	7,38	4,38	23,34	161,60
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>440</b>	<b>10,68</b>	<b>5,28</b>	<b>96,14</b>	<b>476,80</b>
<i>Ужин</i>						<b>21,55</b>
86	Салат "Бурячок"	100	2,20	6,20	8,80	100,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,75
310	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,8
573(пр)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>745</b>	<b>29,62</b>	<b>15,25</b>	<b>95,28</b>	<b>637,57</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,90</b>
578(пр)	Кондитерские изделия	20	2,14	0,24	14,24	67,60
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
<b>Итого за прием</b>		<b>220</b>	<b>7,94</b>	<b>5,24</b>	<b>23,84</b>	<b>174,60</b>
<i>Второй ужин дополнительно</i>						
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за день</b>		<b>2565</b>	<b>102,04</b>	<b>94,79</b>	<b>302,77</b>	<b>2958,76</b>
						<b>100,00</b>

### Сезон: Весенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>14 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,19</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	120	18,08	6,40	24,80	228,80
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54
	<b>Итого за прием</b>	<b>580</b>	<b>33,36</b>	<b>30,36</b>	<b>103,78</b>	<b>822,40</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,96</b>
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,00
119	Суп картофельный с рыбой	250	11,80	3,90	10,80	125,50
369	Гуляш	125	19,63	19,88	3,88	272,50
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,69	40,71	212,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>980</b>	<b>46,82</b>	<b>37,76</b>	<b>145,63</b>	<b>1108,67</b>
	<i>Полдник</i>					<b>14,79</b>
338	Фрукты свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
291	Манник с м/с	100/5	5,45	3,15	25,90	154,50
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>505</b>	<b>9,05</b>	<b>4,55</b>	<b>100,50</b>	<b>482,90</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,69</b>
22	Салат из моркови припущенной и яблок	100	1,00	6,10	7,50	89,00
368	Суфле из птицы	100	12,88	12,75	4,38	183,75
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(пр)	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	128,70
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>670</b>	<b>24,41</b>	<b>25,61</b>	<b>86,89</b>	<b>675,45</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,37</b>
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>220</b>	<b>6,98</b>	<b>5,94</b>	<b>23,40</b>	<b>175,20</b>
	<i>Второй ужин дополнительно</i>					
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	<b>Итого за день</b>	<b>2450</b>	<b>111,57</b>	<b>99,67</b>	<b>359,70</b>	<b>3264,63</b>
						<b>100,00</b>
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		<b>94,43</b>	<b>102,97</b>	<b>393,39</b>	<b>3114,76</b>
	<i>Норма</i>		<b>79,20</b>	<b>81,26</b>	<b>344,57</b>	<b>2417,14</b>
	<i>Процент выполняемости</i>		<b>119,23</b>	<b>126,71</b>	<b>114,17</b>	<b>128,86</b>