

Согласовано  
Директор ГБОУ РК  
"Феодосийская санаторная  
школа-интернат"  
г. Феодосия  
И.В. Калинина  
" 24 " августа 2025г.

Утверждаю  
Директор  
ООО "Сбалансированное питание"  
г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
" 27 " августа 2025г.

Основное (организованное) цикличное меню для детей,  
находящихся на обучении в школах - интернатах, для детей сирот и  
детей, оставшихся без попечения родителей СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| № рецепта | Наименование блюда                    | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г      | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|-----------|---------------------------------------|-------------|---------------|--------------|------------------|----------------|
|           |                                       |             | всего         | всего        |                  |                |
|           | <b>1 день</b>                         |             |               |              |                  |                |
|           | <i>Завтрак</i>                        |             |               |              |                  |                |
| 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          |
| 3         | Ветчина (порциями)                    | 25          | 3,60          | 6,40         | 0,00             | 72,00          |
| 210       | Омлет натуральный                     | 80          | 7,43          | 13,24        | 1,41             | 154,48         |
| 182       | Каша жидкая молочная пшенная с м/с    | 220/10      | 8,23          | 12,84        | 40,58            | 312,14         |
| 573(пр)   | Хлеб пшеничный                        | 50          | 3,80          | 0,40         | 24,60            | 117,00         |
| 575(пр)   | Хлеб ржано-пшеничный                  | 20          | 1,36          | 0,26         | 7,96             | 39,60          |
| 459       | Чай с лимоном                         | 200         | 0,30          | 0,10         | 9,50             | 40,00          |
|           | <b>Итого за прием</b>                 | <b>635</b>  | <b>29,44</b>  | <b>46,39</b> | <b>84,18</b>     | <b>873,23</b>  |
|           | <i>Второй Завтрак</i>                 |             |               |              |                  |                |
| 581(пр)   | Кондитерские изделия                  | 40          | 2,36          | 1,88         | 30,00            | 146,40         |
| 379       | Кофейный напиток с молоком            | 180         | 2,85          | 2,41         | 14,35            | 9,05           |
|           | <b>Итого за прием</b>                 | <b>220</b>  | <b>5,21</b>   | <b>4,29</b>  | <b>44,35</b>     | <b>155,45</b>  |
|           | <i>Обед</i>                           |             |               |              |                  |                |
| 27        | Салат из свеклы и моркови             | 100         | 1,30          | 6,10         | 7,30             | 89,00          |
| 155       | Суп Любительский                      | 250         | 5,90          | 2,60         | 25,30            | 149,00         |
| 331       | Бифштекс рубленый паровой             | 90          | 18,00         | 12,21        | 0,00             | 182,57         |
| 125       | Картофель отварной с маслом сливочным | 200         | 3,85          | 7,54         | 26,65            | 200,0          |
| 573(пр)   | Хлеб пшеничный                        | 70          | 5,32          | 0,56         | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр)   | Хлеб ржано-пшеничный                  | 40          | 2,72          | 0,52         | 15,92            | 79,20          |
| 495       | Компот из смеси сухофруктов           | 200         | 0,60          | 0,10         | 20,10            | 84,00          |
|           | <b>Итого за прием</b>                 | <b>950</b>  | <b>37,69</b>  | <b>29,64</b> | <b>129,71</b>    | <b>947,57</b>  |
|           | <i>Полдник</i>                        |             |               |              |                  |                |
| 338       | Фрукты свежие                         | 280         | 1,12          | 1,12         | 27,44            | 131,60         |
| 389       | Сок фруктовый                         | 200         | 0,60          | 0,40         | 32,60            | 136,40         |
|           | <b>Итого за прием</b>                 | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>  | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|           | <i>Ужин</i>                           |             |               |              |                  |                |
| 71        | Овощи натуральные по сезону           | 100         | 0,80          | 0,10         | 1,70             | 10,00          |
| 299       | Рыба, тушенная в томате с овощами     | 175         | 17,13         | 2,88         | 8,38             | 128,75         |
| 309       | Макаронные изделия отварные с м/с     | 180         | 6,62          | 5,42         | 31,73            | 202,14         |
| 573(пр)   | Хлеб пшеничный                        | 70          | 5,32          | 0,56         | 34,44            | 163,8          |
| 575(пр)   | Хлеб ржано-пшеничный                  | 40          | 2,72          | 0,52         | 15,92            | 79,2           |
| 457       | Чай с сахаром                         | 200         | 0,20          | 0,10         | 9,30             | 38,0           |
|           | <b>Итого за прием</b>                 | <b>765</b>  | <b>32,79</b>  | <b>9,57</b>  | <b>101,47</b>    | <b>621,89</b>  |
|           | <i>Второй ужин</i>                    |             |               |              |                  |                |
| 386       | Кисломолочный напиток                 | 180         | 5,40          | 0,90         | 7,20             | 58,50          |
| 581(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>  |
|           | <b>Итого за день</b>                  | <b>3250</b> | <b>113,02</b> | <b>98,43</b> | <b>439,44</b>    | <b>3032,84</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №        | Наименование блюда                       | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|----------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|          |                                          |             | всего         | всего         |                  |                |
|          | <b>2 день</b>                            |             |               |               |                  |                |
|          | <i>Завтрак</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 14       | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3        | Ветчина (порциями)                       | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 223      | Запеканка из творога с молоком сгущ.     | 140/20      | 23,38         | 17,69         | 44,80            | 432,00         |
| 183      | Каша жидкая молочная из гречневой крупы  | 220/10      | 9,96          | 14,23         | 38,53            | 323,10         |
| 573(ппр) | Хлеб пшеничный                           | 50          | 3,80          | 0,40          | 24,60            | 117,00         |
| 575(ппр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 579      | Чай с шиповником                         | 200         | 0,40          | 0,10          | 18,40            | 77,00          |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>695</b>  | <b>42,58</b>  | <b>46,33</b>  | <b>134,42</b>    | <b>1126,70</b> |
|          | <i>Второй Завтрак</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 399      | Блинчики с молоком сгущ.                 | 100/20      | 5,41          | 2,88          | 37,64            | 198,26         |
| 462      | Какао с молоком                          | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>320</b>  | <b>8,71</b>   | <b>5,78</b>   | <b>51,44</b>     | <b>292,26</b>  |
|          | <i>Обед</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 71       | Овощи натуральные по сезону              | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 82       | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10      | 1,87          | 5,12          | 11,37            | 107,90         |
| 265      | Плов                                     | 250         | 21,03         | 28,15         | 43,37            | 536,67         |
| 573(ппр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ппр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 481      | Кисель витаминный                        | 200         | 0,10          | 0,10          | 12,40            | 51,00          |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>920</b>  | <b>31,85</b>  | <b>34,55</b>  | <b>119,20</b>    | <b>948,57</b>  |
|          | <i>Полдник</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 338      | Плоды свежие                             | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 389      | Сок фруктовый                            | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>490</b>  | <b>1,76</b>   | <b>1,56</b>   | <b>61,02</b>     | <b>272,70</b>  |
|          | <i>Ужин</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 486      | Капуста тушеная с яблоками               | 100         | 2,10          | 3,80          | 13,70            | 118,00         |
| 14       | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 446      | Биточки рубленые из птицы (паровые)      | 90          | 15,66         | 8,82          | 9,90             | 183,60         |
| 142      | Картофель и овощи, тушенные в соусе      | 200         | 4,35          | 16,78         | 30,21            | 288,00         |
| 573(ппр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ппр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 457      | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>710</b>  | <b>30,43</b>  | <b>37,83</b>  | <b>113,60</b>    | <b>936,60</b>  |
|          | <i>Второй ужин</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 386      | Кисломолочный напиток                    | 200         | 6,00          | 1,00          | 8,00             | 65,00          |
|          | <b>Итого за прием</b>                    | <b>200</b>  | <b>6,00</b>   | <b>1,00</b>   | <b>8,00</b>      | <b>65,00</b>   |
|          | <b>Итого за день</b>                     | <b>3335</b> | <b>121,32</b> | <b>127,05</b> | <b>487,67</b>    | <b>3641,82</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                   | Выход, г    | Белки, г     | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|--------------------------------------|-------------|--------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                      |             | всего        | всего         |                  |                |
|         | <b>3 день</b>                        |             |              |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                       |             |              |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)           | 10          | 0,08         | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                   | 25          | 3,60         | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 21      | Салат из моркови припущенной         | 120         | 1,44         | 7,20          | 13,44            | 124,80         |
| 204     | Макароны отварные с сыром            | 200         | 13,54        | 15,92         | 34,11            | 334,40         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 50          | 3,80         | 0,40          | 24,60            | 117,00         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20          | 1,36         | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 121     | Суп молочный с крупой (кукурузная)   | 250         | 3,71         | 4,47          | 7,68             | 89,0           |
| 379     | Кофейный напиток с молоком           | 200         | 3,17         | 2,68          | 15,95            | 10,06          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>875</b>  | <b>30,69</b> | <b>44,58</b>  | <b>103,87</b>    | <b>852,86</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                |             |              |               |                  |                |
| 581(пр) | Кондитерские изделия                 | 40          | 2,36         | 1,88          | 30,00            | 146,40         |
| 459     | Чай с лимоном                        | 200         | 0,30         | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>240</b>  | <b>2,66</b>  | <b>1,98</b>   | <b>39,50</b>     | <b>186,40</b>  |
|         | <i>Обед</i>                          |             |              |               |                  |                |
| 34      | Салат из свеклы с чесноком           | 100         | 1,40         | 6,10          | 7,50             | 91,00          |
| 96      | Рассольник ленинградский со сметаной | 250/5       | 2,13         | 5,19          | 12,94            | 116,79         |
| 496     | Котлеты из филе птицы панированные   | 90          | 11,39        | 7,88          | 3,43             | 143,10         |
| 143     | Рагу из овощей                       | 180         | 3,03         | 18,84         | 14,74            | 243,43         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 70          | 5,32         | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 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>935</b>  | <b>26,30</b> | <b>39,11</b>  | <b>106,48</b>    | <b>909,32</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                       |             |              |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                         | 280         | 1,12         | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                        | 200         | 0,60         | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>480</b>  | <b>1,72</b>  | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                          |             |              |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону          | 100         | 0,80         | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 403/513 | Тефтели (2 вариант)                  | 90/50       | 14,58        | 13,32         | 3,96             | 194,40         |
| 171     | Каша гречневая рассыпчатая           | 180         | 9,96         | 10,74         | 44,84            | 315,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 70          | 5,32         | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40          | 2,72         | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 457     | Чай с сахаром                        | 200         | 0,20         | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>680</b>  | <b>33,58</b> | <b>25,34</b>  | <b>110,16</b>    | <b>800,40</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                   |             |              |               |                  |                |
| 385     | Молоко кипяченое                     | 180         | 5,22         | 4,50          | 8,64             | 96,30          |
| 581(пр) | Кондитерские изделия                 | 20          | 0,78         | 6,12          | 12,50            | 108,20         |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>200</b>  | <b>6,00</b>  | <b>10,62</b>  | <b>21,14</b>     | <b>204,50</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>                 | <b>3410</b> | <b>99,23</b> | <b>121,63</b> | <b>381,15</b>    | <b>2953,48</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда             | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|--------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>4 день</b>                  |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                 |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)     | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)             | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 15      | Сыр (порциями)                 | 15          | 3,48          | 4,43          | 0,00             | 54,00          |
| 326     | Суфле творожное                | 135         | 19,54         | 11,57         | 20,96            | 270,0          |
| 141     | Суп молочный с клёцками        | 250         | 5,38          | 7,28          | 13,55            | 141,25         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                 | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный           | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                  | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>695</b>  | <b>36,68</b>  | <b>37,60</b>  | <b>71,58</b>     | <b>774,45</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>          |             |               |               |                  |                |
| 541     | Булочка ванильная              | 100         | 8,83          | 7,83          | 48,00            | 298,33         |
| 385     | Молоко кипяченое               | 200         | 5,80          | 5,00          | 9,60             | 107,00         |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>300</b>  | <b>14,63</b>  | <b>12,83</b>  | <b>57,60</b>     | <b>405,33</b>  |
|         | <i>Обед</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону    | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 101     | Суп картофельный с крупой      | 250         | 1,97          | 2,71          | 12,11            | 85,75          |
| 347     | Котлеты "Школьные"             | 90          | 13,77         | 9,90          | 11,97            | 191,70         |
| 312     | Пюре картофельное              | 200         | 4,09          | 6,40          | 27,25            | 183,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                 | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный           | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 486     | Компот из свежих плодов и ягод | 200         | 0,10          | 0,10          | 11,10            | 46,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>950</b>  | <b>28,77</b>  | <b>20,29</b>  | <b>114,49</b>    | <b>759,45</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                 |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                   | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 389     | Сок фруктовый                  | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>490</b>  | <b>1,76</b>   | <b>1,56</b>   | <b>61,02</b>     | <b>272,70</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 52      | Икра овощная                   | 100         | 1,30          | 2,70          | 3,80             | 45,00          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)     | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 441     | Чахохбили                      | 125         | 22,33         | 22,17         | 6,33             | 314,17         |
| 211     | Каша ячневая с овощами         | 180         | 4,11          | 3,69          | 40,71            | 212,57         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                 | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный           | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                  | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>725</b>  | <b>36,17</b>  | <b>36,98</b>  | <b>110,84</b>    | <b>920,74</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>             |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток          | 200         | 6,00          | 1,00          | 8,00             | 65,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>          | <b>200</b>  | <b>6,00</b>   | <b>1,00</b>   | <b>8,00</b>      | <b>65,00</b>   |
|         | <b>Итого за день</b>           | <b>3360</b> | <b>124,01</b> | <b>110,27</b> | <b>423,53</b>    | <b>3197,67</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                  | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|-------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                     |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>5 день</b>                       |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                      |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)          | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                  | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 211     | Омлет с сыром                       | 105         | 12,55         | 20,60         | 1,79             | 243,25         |
| 182     | Каша жидкая молочная овсяная        | 220/10      | 8,56          | 14,05         | 37,53            | 312,14         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                       | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>630</b>  | <b>29,39</b>  | <b>48,98</b>  | <b>76,39</b>     | <b>864,59</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>               |             |               |               |                  |                |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                | 40          | 2,36          | 1,88          | 30,00            | 146,40         |
| 462     | Какао с молоком                     | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>240</b>  | <b>5,66</b>   | <b>4,78</b>   | <b>43,80</b>     | <b>240,40</b>  |
|         | <i>Обед</i>                         |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону         | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 102     | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250         | 5,49          | 5,27          | 16,54            | 148,25         |
| 440     | Плов из птицы                       | 250         | 25,83         | 30,83         | 46,17            | 565,00         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 495     | Компот из смеси сухофруктов         | 200         | 0,60          | 0,10          | 20,10            | 84,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>910</b>  | <b>40,76</b>  | <b>37,38</b>  | <b>134,86</b>    | <b>1050,25</b> |
|         | <i>Полдник</i>                      |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                        | 280         | 1,12          | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                       | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                         |             |               |               |                  |                |
| 53      | Салат "Витаминный" (1 вариант)      | 100         | 1,20          | 5,20          | 9,50             | 90,00          |
| 346     | Котлеты "Золотая рыбка"             | 140         | 23,89         | 16,61         | 11,01            | 289,33         |
| 142     | Картофель и овощи, тушенные в соусе | 200         | 4,35          | 16,78         | 30,21            | 288,00         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                      | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 457     | Чай с сахаром                       | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>750</b>  | <b>37,69</b>  | <b>39,78</b>  | <b>110,38</b>    | <b>948,33</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                  |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток               | 180         | 5,40          | 0,90          | 7,20             | 58,50          |
| 581(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>  |
|         | <b>Итого за день</b>                | <b>3210</b> | <b>121,40</b> | <b>139,46</b> | <b>445,17</b>    | <b>3538,28</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                   | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|--------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                      |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>6 день</b>                        |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)           | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                   | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 223     | Запеканка из творога с молоком сгущ. | 140/20      | 23,38         | 17,69         | 44,80            | 432,00         |
| 182     | Каша жидкая молочная пшенная с м\с   | 220/10      | 8,23          | 12,84         | 40,58            | 312,14         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                 | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                        | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>685</b>  | <b>39,89</b>  | <b>44,86</b>  | <b>122,45</b>    | <b>1053,34</b> |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                |             |               |               |                  |                |
| 291     | Манник с м/с                         | 125/5       | 6,75          | 3,90          | 32,07            | 191,29         |
| 379     | Кофейный напиток с молоком           | 200         | 3,17          | 2,68          | 15,95            | 10,06          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>330</b>  | <b>9,91</b>   | <b>6,58</b>   | <b>48,01</b>     | <b>201,35</b>  |
|         | <i>Обед</i>                          |             |               |               |                  |                |
| 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                     | 90          | 18,13         | 21,09         | 0,07             | 263,45         |
| 205     | Макароны отварные с овощами          | 180         | 6,21          | 7,19          | 34,23            | 226,08         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 481     | Кисель витаминный                    | 200         | 0,10          | 0,10          | 12,40            | 51,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>930</b>  | <b>45,48</b>  | <b>39,36</b>  | <b>119,05</b>    | <b>1013,03</b> |
|         | <i>Полдник</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                         | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 389     | Сок фруктовый                        | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>490</b>  | <b>1,76</b>   | <b>1,56</b>   | <b>61,02</b>     | <b>272,70</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                          |             |               |               |                  |                |
| 14      | Салат из свежих огурцов              | 100         | 0,70          | 6,00          | 1,80             | 64,00          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)           | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 334     | Запеканка картофельная с мясом       | 280         | 17,92         | 14,98         | 23,80            | 420,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                       | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                 | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                        | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>700</b>  | <b>27,04</b>  | <b>29,41</b>  | <b>85,59</b>     | <b>833,00</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                   |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток                | 200         | 6,00          | 1,00          | 8,00             | 65,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                | <b>200</b>  | <b>6,00</b>   | <b>1,00</b>   | <b>8,00</b>      | <b>65,00</b>   |
|         | <b>Итого за день</b>                 | <b>3335</b> | <b>130,08</b> | <b>122,76</b> | <b>444,13</b>    | <b>3438,42</b> |

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|-----------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                   |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>7 день</b>                     |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)        | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,12             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 15      | Сыр (порциями)                    | 15          | 3,48          | 4,43          | 0,00             | 54,00          |
| 210     | Омлет натуральный                 | 80          | 7,43          | 13,24         | 1,41             | 154,48         |
| 230     | Каша манная молочная жидкая       | 220/10      | 6,98          | 7,40          | 35,05            | 234,49         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                    | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный              | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                     | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>             | <b>620</b>  | <b>26,17</b>  | <b>39,40</b>  | <b>73,53</b>     | <b>752,17</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>             |             |               |               |                  |                |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия              | 40          | 2,36          | 1,88          | 30,00            | 146,40         |
| 462     | Какао с молоком                   | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>             | <b>240</b>  | <b>5,66</b>   | <b>4,78</b>   | <b>43,80</b>     | <b>240,40</b>  |
|         | <i>Обед</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 196     | Кабачки, запеченные под соусом    | 100         | 4,10          | 4,10          | 14,70            | 112,00         |
| 118/109 | Суп с клецками                    | 250         | 5,60          | 4,80          | 10,18            | 115,00         |
| 367     | Жаркое по - домашнему             | 280         | 31,55         | 30,05         | 25,01            | 496,53         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                    | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 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>940</b>  | <b>49,58</b>  | <b>40,04</b>  | <b>117,75</b>    | <b>1038,53</b> |
|         | <i>Полдник</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                      | 280         | 1,12          | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                     | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>             | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону       | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 308     | Котлеты рыбные любительские       | 140         | 17,50         | 2,10          | 7,28             | 117,60         |
| 304     | Рис отварной с маслом сливочным   | 180         | 4,38          | 6,45          | 44,02            | 251,64         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                    | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный              | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                     | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>             | <b>730</b>  | <b>31,02</b>  | <b>9,83</b>   | <b>112,86</b>    | <b>662,24</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток             | 180         | 5,40          | 0,90          | 7,20             | 58,50          |
| 581(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>  |
|         | <b>Итого за день</b>              | <b>3210</b> | <b>120,34</b> | <b>102,59</b> | <b>427,68</b>    | <b>3128,04</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                                              | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|-----------------------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                                                 |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>9 день</b>                                                   |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                                                  |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)                                      | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                                              | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 211     | Омлет с сыром                                                   | 105         | 12,55         | 20,60         | 1,79             | 243,25         |
| 182     | Каша жидкая молочная рисовая                                    | 220/10      | 5,59          | 11,81         | 36,60            | 274,90         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                                                  | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                                            | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 462     | Какао с молоком                                                 | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                           | <b>630</b>  | <b>29,51</b>  | <b>49,53</b>  | <b>79,96</b>     | <b>883,35</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                                           |             |               |               |                  |                |
| 581(ПР) | Кондитерские изделия                                            | 40          | 2,36          | 1,88          | 30,00            | 146,40         |
| 385     | Молоко кипяченое                                                | 180         | 5,22          | 4,50          | 8,64             | 96,30          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                           | <b>220</b>  | <b>7,58</b>   | <b>6,38</b>   | <b>38,64</b>     | <b>242,70</b>  |
|         | <i>Обед</i>                                                     |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону                                     | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной                        | 250/10      | 1,87          | 5,12          | 11,37            | 107,90         |
| 299     | Рыба, тушенная в томате с овощами                               | 175         | 17,13         | 2,88          | 8,38             | 128,75         |
| 309     | Макаронные изделия отварные с м/с                               | 180         | 6,62          | 5,42          | 31,73            | 202,14         |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                                                  | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 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>1025</b> | <b>34,76</b>  | <b>14,60</b>  | <b>121,04</b>    | <b>763,79</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                                                  |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                                                    | 280         | 1,12          | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                                                   | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                                           | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                                                     |             |               |               |                  |                |
| 36      | Салат "Школьные годы" (огурцы сежне, капуста б/к, помидоры св.) | 100         | 1,50          | 10,10         | 4,40             | 115,00         |
| 389     | Котлеты "Самарская аппетитка"                                   | 90          | 19,44         | 16,38         | 6,84             | 252,00         |
| 125     | Картофель отварной с маслом сливочным                           | 200         | 3,85          | 7,54          | 26,65            | 200,0          |
| 573(ПР) | Хлеб пшеничный                                                  | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(ПР) | Хлеб ржано-пшеничный                                            | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                                                   | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                           | <b>700</b>  | <b>33,13</b>  | <b>35,20</b>  | <b>97,75</b>     | <b>850,00</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                                              |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток                                           | 180         | 5,40          | 0,90          | 7,20             | 58,50          |
| 581(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>  |
|         | <b>Итого за день</b>                                            | <b>3255</b> | <b>112,88</b> | <b>114,26</b> | <b>417,12</b>    | <b>3174,54</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                  | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|-------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                     |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>10 день</b>                      |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                      |             |               |               |                  |                |
| 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          |
| 3       | Ветчина (порциями)                  | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 326     | Суфле творожное                     | 135         | 19,54         | 11,57         | 20,96            | 270,0          |
| 182     | Каша жидкая молочная овсяная с м\с  | 220/10      | 8,56          | 14,05         | 37,53            | 312,14         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                      | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                       | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>680</b>  | <b>41,03</b>  | <b>45,85</b>  | <b>95,56</b>     | <b>963,34</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>               |             |               |               |                  |                |
| 614     | Булочка "Ароматная"                 | 100         | 7,80          | 9,60          | 60,40            | 360,00         |
| 462     | Какао с молоком                     | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>300</b>  | <b>11,10</b>  | <b>12,50</b>  | <b>74,20</b>     | <b>454,00</b>  |
|         | <i>Обед</i>                         |             |               |               |                  |                |
| 27      | Салат из свеклы и моркови           | 100         | 1,30          | 6,10          | 7,30             | 89,00          |
| 102     | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 250         | 5,49          | 5,27          | 16,54            | 148,25         |
| 322     | Рагу из овощей и мяса               | 280         | 19,04         | 19,04         | 19,04            | 323,68         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                      | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 486     | Компот из свежих плодов и ягод      | 200         | 0,10          | 0,10          | 11,10            | 46,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>940</b>  | <b>33,97</b>  | <b>31,59</b>  | <b>104,34</b>    | <b>849,93</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                      |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                        | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 389     | Сок фруктовый                       | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>490</b>  | <b>1,76</b>   | <b>1,56</b>   | <b>61,02</b>     | <b>272,70</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                         |             |               |               |                  |                |
| 52      | Икра овощная                        | 100         | 1,30          | 2,70          | 3,80             | 45,00          |
| 14      | Масло сливочное (порциями)          | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 446     | Биточки рубленые из птицы (паровые) | 90          | 15,66         | 8,82          | 9,90             | 183,60         |
| 462     | Рис, припущенный с томатом          | 180         | 4,56          | 6,48          | 46,68            | 264,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                      | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                       | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>690</b>  | <b>29,94</b>  | <b>26,43</b>  | <b>120,37</b>    | <b>841,60</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                  |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток               | 200         | 6,00          | 1,00          | 8,00             | 65,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>               | <b>200</b>  | <b>6,00</b>   | <b>1,00</b>   | <b>8,00</b>      | <b>65,00</b>   |
|         | <b>Итого за день</b>                | <b>3300</b> | <b>123,80</b> | <b>118,93</b> | <b>463,49</b>    | <b>3446,57</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                                         | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|------------------------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                                            |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>11 день</b>                                             |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                                             |             |               |               |                  |                |
| 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          |
| 3       | Ветчина (порциями)                                         | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 210     | Омлет натуральный                                          | 80          | 7,43          | 13,24         | 1,41             | 154,48         |
| 230     | Каша манная молочная жидкая с м\с                          | 220/10      | 6,98          | 7,40          | 35,05            | 234,49         |
| 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          |
| 457     | Чай с сахаром                                              | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                      | <b>615</b>  | <b>26,57</b>  | <b>40,80</b>  | <b>68,61</b>     | <b>746,77</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                                      |             |               |               |                  |                |
| 581(пр) | Кондитерские изделия                                       | 40          | 2,36          | 1,88          | 30,00            | 146,40         |
| 379     | Кофейный напиток с молоком                                 | 200         | 3,17          | 2,68          | 15,95            | 10,06          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                      | <b>240</b>  | <b>5,53</b>   | <b>4,56</b>   | <b>45,95</b>     | <b>156,46</b>  |
|         | <i>Обед</i>                                                |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону                                | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 96      | Рассольник ленинградский со сметаной                       | 250/5       | 2,13          | 5,19          | 12,94            | 116,79         |
| 310     | Шницель рыбный натуральный                                 | 140         | 20,53         | 1,87          | 9,89             | 138,13         |
| 312     | Пюре картофельное                                          | 200         | 4,09          | 6,40          | 27,25            | 183,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                                             | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 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>1005</b> | <b>35,69</b>  | <b>14,64</b>  | <b>131,55</b>    | <b>808,92</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                                             |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                                               | 280         | 1,12          | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                                              | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                                      | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                                                |             |               |               |                  |                |
| 486     | Капуста тушеная с яблоками                                 | 100         | 2,10          | 3,80          | 13,70            | 118,00         |
| 441     | Чахохбили                                                  | 125         | 22,33         | 22,17         | 6,33             | 314,17         |
| 171     | Каша гречневая рассыпчатая                                 | 180         | 9,96          | 10,74         | 44,84            | 315,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                                             | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                                       | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                                              | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                                      | <b>715</b>  | <b>42,73</b>  | <b>37,89</b>  | <b>124,74</b>    | <b>1030,17</b> |
|         | <i>Второй ужин</i>                                         |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток                                      | 180         | 5,40          | 0,90          | 7,20             | 58,50          |
| 581(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>  |
|         | <b>Итого за день</b>                                       | <b>3255</b> | <b>118,42</b> | <b>106,43</b> | <b>450,58</b>    | <b>3177,02</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                       | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                          |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>12 день</b>                           |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                       | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 223     | Запеканка из творога с молоком сгущ.     | 140/20      | 23,38         | 17,69         | 44,80            | 432,00         |
| 182     | Каша жидкая молочная пшенная             | 220/10      | 8,23          | 12,84         | 40,58            | 312,14         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 40          | 3,04          | 0,32          | 19,68            | 93,60          |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 462     | Какао с молоком                          | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>685</b>  | <b>42,99</b>  | <b>47,66</b>  | <b>126,95</b>    | <b>1109,34</b> |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 399     | Блинчики с с молоком сгущ.               | 100/20      | 5,41          | 2,88          | 37,64            | 198,26         |
| 579     | Чай с шиповником                         | 200         | 0,40          | 0,10          | 18,40            | 77,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>320</b>  | <b>5,81</b>   | <b>2,98</b>   | <b>56,04</b>     | <b>275,26</b>  |
|         | <i>Обед</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 25      | Салат из моркови с зел. гор-ом           | 100         | 1,94          | 6,10          | 5,80             | 86,00          |
| 82      | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 250/10      | 1,87          | 5,12          | 11,37            | 107,90         |
| 440     | Плов из птицы                            | 250         | 25,83         | 30,83         | 46,17            | 565,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 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>920</b>  | <b>37,99</b>  | <b>43,14</b>  | <b>131,20</b>    | <b>1073,90</b> |
|         | <i>Полдник</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                             | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 389     | Сок фруктовый                            | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>490</b>  | <b>1,76</b>   | <b>1,56</b>   | <b>61,02</b>     | <b>272,70</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 21      | Салат зеленый с огурцами и помидорами    | 100         | 1,00          | 10,10         | 2,40             | 105,00         |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 347     | Котлеты "Школьные"                       | 90          | 16,83         | 12,10         | 14,63            | 234,30         |
| 476     | Картофель запечённый                     | 200         | 5,47          | 20,13         | 44,80            | 381,33         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 457     | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>710</b>  | <b>31,62</b>  | <b>50,76</b>  | <b>121,62</b>    | <b>1067,63</b> |
|         | <i>Второй ужин</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 386     | Кисломолочный напиток                    | 200         | 6,00          | 1,00          | 8,00             | 65,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>200</b>  | <b>6,00</b>   | <b>1,00</b>   | <b>8,00</b>      | <b>65,00</b>   |
|         | <b>Итого за день</b>                     | <b>3325</b> | <b>126,16</b> | <b>147,10</b> | <b>504,82</b>    | <b>3863,84</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                       | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                          |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>13 день</b>                           |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                       | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 21      | Салат из моркови припущенной             | 120         | 1,44          | 7,20          | 13,44            | 124,80         |
| 204     | Макароны отварные с сыром                | 200         | 13,54         | 15,92         | 34,11            | 334,40         |
| 121     | Суп молочный с крупой (кукурузная)       | 250         | 3,71          | 4,47          | 7,68             | 89,0           |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 50          | 3,80          | 0,40          | 24,60            | 117,00         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>875</b>  | <b>27,73</b>  | <b>42,00</b>  | <b>97,22</b>     | <b>880,80</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 410     | Ватрушки с творогом                      | 75          | 9,22          | 5,48          | 29,18            | 202,00         |
| 462     | Какао с молоком                          | 200         | 3,30          | 2,90          | 13,80            | 94,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>275</b>  | <b>12,52</b>  | <b>8,38</b>   | <b>42,98</b>     | <b>296,00</b>  |
|         | <i>Обед</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 70      | Овощи натуральные по сезону              | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 123     | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250         | 2,43          | 5,95          | 7,90             | 95,00          |
| 372     | Шницели припущенные из птицы             | 90          | 18,00         | 16,20         | 9,64             | 255,86         |
| 139     | Капуста тушеная                          | 180         | 3,67          | 6,62          | 14,20            | 138,60         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 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>930</b>  | <b>32,94</b>  | <b>29,96</b>  | <b>97,80</b>     | <b>798,46</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                             | 280         | 1,12          | 1,12          | 27,44            | 131,60         |
| 389     | Сок фруктовый                            | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>480</b>  | <b>1,72</b>   | <b>1,52</b>   | <b>60,04</b>     | <b>268,00</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 14      | Салат из свежих огурцов                  | 100         | 0,70          | 6,00          | 1,80             | 64,00          |
| 333     | Рыба запеченная                          | 140         | 22,68         | 20,72         | 0,61             | 302,40         |
| 125     | Картофель отварной с маслом сливочным    | 200         | 3,85          | 7,54          | 26,65            | 200,0          |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 459     | Чай с лимоном                            | 200         | 0,30          | 0,10          | 9,50             | 40,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>750</b>  | <b>35,57</b>  | <b>35,44</b>  | <b>88,92</b>     | <b>849,40</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 581(пр) | Кондитерские изделия                     | 30          | 1,17          | 9,18          | 18,75            | 162,30         |
| 385     | Молоко кипяченое                         | 200         | 5,80          | 5,00          | 9,60             | 107,00         |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>230</b>  | <b>6,97</b>   | <b>14,18</b>  | <b>28,35</b>     | <b>269,30</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>                     | <b>3060</b> | <b>115,72</b> | <b>129,96</b> | <b>355,28</b>    | <b>3093,96</b> |

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

| №       | Наименование блюда                       | Выход, г    | Белки, г      | Жиры, г       | Углево-<br>ды, г | ЭЦ, ккал       |
|---------|------------------------------------------|-------------|---------------|---------------|------------------|----------------|
|         |                                          |             | всего         | всего         |                  |                |
|         | <b>14 день</b>                           |             |               |               |                  |                |
|         | <i>Завтрак</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 14      | Масло сливочное (порциями)               | 10          | 0,08          | 7,25          | 0,13             | 66,00          |
| 3       | Ветчина (порциями)                       | 25          | 3,60          | 6,40          | 0,00             | 72,00          |
| 285     | Пудинг творожный запеченный              | 135         | 20,34         | 7,20          | 27,90            | 257,40         |
| 471     | Молоко сгущенное                         | 20          | 1,44          | 1,70          | 11,10            | 65,40          |
| 182     | Каша жидкая молочная овсяная с м\с       | 220/10      | 8,56          | 14,05         | 37,53            | 312,14         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 50          | 3,80          | 0,40          | 24,60            | 117,00         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 20          | 1,36          | 0,26          | 7,96             | 39,60          |
| 457     | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>690</b>  | <b>39,38</b>  | <b>37,36</b>  | <b>118,52</b>    | <b>967,54</b>  |
|         | <i>Второй Завтрак</i>                    |             |               |               |                  |                |
| 291     | Манник с м\с                             | 125/5       | 6,75          | 3,90          | 32,07            | 191,29         |
| 379     | Кофейный напиток с молоком               | 200         | 3,17          | 2,68          | 15,95            | 10,06          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>330</b>  | <b>9,91</b>   | <b>6,58</b>   | <b>48,01</b>     | <b>201,35</b>  |
|         | <i>Обед</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 71      | Овощи натуральные по сезону              | 100         | 0,80          | 0,10          | 1,70             | 10,00          |
| 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                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 481     | Кисель витаминный                        | 200         | 0,10          | 0,10          | 12,40            | 51,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>965</b>  | <b>44,48</b>  | <b>28,74</b>  | <b>119,85</b>    | <b>914,57</b>  |
|         | <i>Полдник</i>                           |             |               |               |                  |                |
| 338     | Плоды свежие                             | 290         | 1,16          | 1,16          | 28,42            | 136,30         |
| 461     | Чай каркаде                              | 200         | 0,00          | 0,01          | 14,00            | 56,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>490</b>  | <b>1,16</b>   | <b>1,17</b>   | <b>42,42</b>     | <b>192,30</b>  |
|         | <i>Ужин</i>                              |             |               |               |                  |                |
| 86      | Салат "Бурячок"                          | 100         | 2,20          | 6,20          | 8,80             | 100,00         |
| 368     | Суфле из птицы                           | 90          | 11,59         | 11,48         | 3,94             | 165,38         |
| 312     | Пюре картофельное                        | 200         | 4,09          | 6,40          | 27,25            | 183,00         |
| 573(пр) | Хлеб пшеничный                           | 70          | 5,32          | 0,56          | 34,44            | 163,80         |
| 575(пр) | Хлеб ржано-пшеничный                     | 40          | 2,72          | 0,52          | 15,92            | 79,20          |
| 457     | Чай с сахаром                            | 200         | 0,20          | 0,10          | 9,30             | 38,00          |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>700</b>  | <b>26,11</b>  | <b>25,26</b>  | <b>99,65</b>     | <b>729,38</b>  |
|         | <i>Второй ужин</i>                       |             |               |               |                  |                |
| 389     | Сок фруктовый                            | 200         | 0,60          | 0,40          | 32,60            | 136,40         |
| 541     | Булочка ванильная                        | 100         | 8,83          | 7,83          | 48,00            | 298,33         |
|         | <b>Итого за прием</b>                    | <b>300</b>  | <b>9,43</b>   | <b>8,23</b>   | <b>80,60</b>     | <b>434,73</b>  |
|         | <b>Итого за день</b>                     | <b>2985</b> | <b>129,32</b> | <b>106,17</b> | <b>466,64</b>    | <b>3247,57</b> |
|         | <i>Среднедневное значение за 14 дней</i> |             | <b>111,81</b> | <b>118,86</b> | <b>441,54</b>    | <b>3307,93</b> |
|         | <i>Норма</i>                             |             | <b>111,70</b> | <b>118,80</b> | <b>424,00</b>    | <b>3209,00</b> |
|         | <i>Процент выполняемости</i>             |             | <b>100</b>    | <b>100</b>    | <b>104</b>       | <b>103</b>     |