

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 12-18 лет сироты

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	1 день					
	<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	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,10
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	710	33,69	48,57	108,79	1008,44
	<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
	Итого за прием	220	5,21	4,29	44,35	155,45
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	150	1,95	9,15	10,95	133,50
155	Суп Любительский	350	8,26	3,64	35,42	208,60
331	Бифштекс рубленный паровой	110	22,00	14,93	0,00	223,14
125	Картофель отварной с маслом сливочным	250	4,81	9,43	33,31	250,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за прием	1195	47,48	38,58	161,50	1197,14
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	19,57	3,29	9,57	147,14
309	Макаронные изделия отварные с м\с	180	6,62	5,42	31,73	202,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,9
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,0
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	Итого за прием	865	37,45	10,28	114,88	700,18
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	6,58	1,84	22,20	131,70
	Итого за день	3670	132,13	105,08	511,75	3460,92

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	2 день					
	<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.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250/10	11,25	16,08	43,56	365,24
573(ПР)	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,10
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,00
	Итого за прием	790	49,98	50,91	164,37	1317,34
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики с повидлом	100/20	5,41	2,88	37,64	198,26
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	320	8,71	5,78	51,44	292,26
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	350/10	2,92	7,22	19,36	168,48
265	Плов	300	25,24	33,78	52,04	644,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	1145	39,32	42,58	148,07	1176,38
	<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
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
486	Капуста тушенная с яблоками	150	3,15	5,70	20,55	177,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	110	19,14	10,78	12,10	224,40
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	250	5,44	20,98	37,76	360,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	855	37,87	46,14	141,56	1163,30
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3800	143,63	147,97	574,45	4286,98

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	3 день					
	<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	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макароны отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
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
	Итого за прием	895	33,25	43,85	118,49	914,86
	<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
	Итого за прием	240	2,66	1,98	39,50	186,40
	<i>Обед</i>					
34	Салат из свеклы с чесноком	150	2,10	9,15	11,25	136,50
96	Рассольник ленинградский со сметаной	350/10	3,01	7,33	18,27	164,88
496	Котлеты из филе птицы панированные	110	13,93	9,64	4,19	174,90
143	Рагу из овощей	250	4,21	26,17	20,48	338,10
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1205	33,41	53,63	133,41	1184,28
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	110/50	25,92	23,68	7,04	345,60
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	825	47,14	36,00	125,45	1011,50
	<i>Второй ужин</i>					
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
	Итого за прием	200	6,40	5,44	23,64	169,50
	Итого за день	3845	122,86	140,90	440,49	3466,54

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	4 день					
	<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
326	Суфле творожное с м/с	160/5	23,89	14,14	25,61	330,0
141	Суп молочный с клёцками	250	5,38	7,28	13,55	141,25
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	760	41,10	36,30	98,01	886,65
	<i>Второй Завтрак</i>					
541	Булочка ванильная	100	8,83	7,83	48,00	298,33
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30
	Итого за прием	280	14,05	12,33	56,64	394,63
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
101	Суп картофельный с крупой	350	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	1195	35,07	24,40	136,18	907,70
	<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
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
52	Икра овощная	150	1,95	4,05	5,70	67,50
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
441	Чахохбили	150	26,80	26,60	7,60	377,00
211	Каша ячневая 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	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	825	43,10	43,02	125,36	1060,97
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3750	141,09	118,60	485,22	3587,65

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	5 день					
	<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	250/10	9,68	15,88	42,43	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	710	34,07	51,36	103,06	1011,51
	<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
	Итого за прием	240	5,66	4,78	43,80	240,40
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	350	7,69	7,38	23,15	207,55
440	Плов из птицы	300	31,00	37,00	55,40	678,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за прием	1135	50,35	45,96	162,92	1282,45
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	270	1,08	1,08	26,46	126,90
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	470	1,68	1,48	59,06	263,30
	<i>Ужин</i>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	150	1,80	7,80	14,25	135,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	150	25,60	17,80	11,80	310,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	250	5,44	20,98	37,76	360,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	885	42,90	48,01	134,83	1140,90
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	6,58	1,84	22,20	131,70
	Итого за день	3640	141,24	153,43	525,87	4070,26

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	6 день					
	<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.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00
182	Каша жидкая молочная пшенная с м\с	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	785	47,44	49,29	155,12	1254,26
	<i>Второй Завтрак</i>					
291	Манник с м\с	150/5	8,05	4,65	38,23	228,07
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	355	11,21	7,33	54,18	238,13
	<i>Обед</i>					
21	Салат из моркови припущенной	150	1,80	9,00	16,80	156,00
119	Суп картофельный с рыбой	350	16,52	5,46	15,12	175,70
293	Птица запеченная	110	22,16	25,78	0,08	322,00
205	Макароны 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	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	1125	56,65	48,86	140,35	1228,68
	<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
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
14	Салат из свежих огурцов	150	1,05	9,00	2,70	96,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
334	Запеканка картофельная с мясом	350	22,40	18,73	29,75	525,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	845	33,69	36,41	103,80	1024,90
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3800	156,75	144,44	522,47	4083,67

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	7 день					
	<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)	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	250/10	7,89	8,37	39,62	265,07
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	705	31,80	42,39	99,88	906,96
	<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
	Итого за прием	240	5,66	4,78	43,80	240,40
	<i>Обед</i>					
196	Кабачки, запеченные под соусом	150	6,15	6,15	22,05	168,00
118/109	Суп с клецками	350	7,84	6,72	14,25	161,00
367	Жаркое по - домашнему	350	39,43	37,57	31,27	620,67
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1185	63,58	51,78	146,78	1319,57
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
308	Котлеты рыбные любительские	150	18,75	2,25	7,80	126,00
304	Рис отварной с маслом сливочным	180	4,38	6,45	44,02	251,64
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	815	34,49	10,28	125,59	730,54
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	6,58	1,84	22,20	131,70
	Итого за день	3625	143,83	112,59	498,29	3597,16

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	8 день					
	<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	160	24,11	8,53	33,07	305,07
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
182	Каша жидкая молочная пшенная	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	785	46,78	39,62	149,09	1140,72
	<i>Второй Завтрак</i>					
401	Оладьи с молоком сгущенным	150/15	12,58	12,11	70,45	440,65
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	365	15,74	14,79	86,39	450,71
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	150	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	350/15	2,92	6,61	9,23	108,04
368	Суфле из птицы	110	14,16	14,03	4,81	202,13
475	Картофельное пюре с морковью	250	4,83	12,00	30,83	251,67
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	1210	34,08	40,26	127,80	1010,73
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
374	Мясо в кисло - сладком соусе	150	25,05	26,25	11,70	384,00
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	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	825	40,50	38,77	126,11	1013,47
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3875	144,87	136,00	558,41	3953,33

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	9 день					
	<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	250/10	6,31	13,35	41,38	310,76
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	710	33,80	51,62	106,51	1025,41
	<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
	Итого за прием	220	7,58	6,38	38,64	242,70
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350/10	2,60	7,08	15,74	149,40
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	19,57	3,29	9,57	147,14
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	6,62	5,42	31,73	202,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1225	40,15	17,28	138,82	883,58
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
36	Салат "Школьные годы" (огурцы свежие, капуста б/к, помидоры св.)	150	2,25	15,15	6,60	172,50
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	110	23,76	20,02	8,36	308,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	250	4,81	9,43	33,31	250,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	845	40,98	46,03	119,49	1068,40
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	6,58	1,84	22,20	131,70
	Итого за день	3680	130,81	124,67	485,70	3619,79

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	10 день					
	<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
326	Суфле творожное с м/с	160/5	23,89	14,14	25,61	330,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	250/10	9,68	15,88	42,43	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	770	45,41	44,91	126,89	1098,26
	<i>Второй Завтрак</i>					
614	Булочка "Ароматная"	100	7,80	9,60	60,40	360,00
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	280	10,77	12,21	72,82	444,60
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	150	1,95	9,15	10,95	133,50
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	350	7,69	7,38	23,15	207,55
322	Рагу из овощей и мяса	350	23,80	23,80	23,80	404,60
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	1185	43,40	41,76	130,72	1089,55
	<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
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
52	Икра овощная	150	1,95	4,05	5,70	67,50
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	110	19,14	10,78	12,10	224,40
462	Рис, припущенный с томатом	180	4,56	6,48	46,68	264,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	775	35,81	22,74	135,70	893,80
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3700	143,14	124,18	535,15	3863,91

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	11 день					
	<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)	25	5,80	7,38	0,00	90,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая с м\с	250/10	7,89	8,37	39,62	265,07
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	710	32,96	43,87	99,88	924,96
	<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
	Итого за прием	240	5,53	4,56	45,95	156,46
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	350/10	3,01	7,33	18,27	164,88
310	Шницель рыбный натуральный	150	22,00	2,00	10,60	148,00
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	1245	41,28	18,82	156,61	972,53
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
486	Капуста тушеная с яблоками	150	3,15	5,70	20,55	177,00
441	Чахохбили	150	26,80	26,60	7,60	377,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	815	50,07	44,47	144,21	1206,90
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
	Итого за прием	200	6,58	1,84	22,20	131,70
	Итого за день	3690	138,14	115,07	528,89	3660,55

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	12 день					
	<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.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00
182	Каша жидкая молочная пшенная	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	785	50,54	52,09	159,62	1310,26
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики с повидлом	100/20	5,41	2,88	37,64	198,26
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,00
	Итого за прием	320	5,81	2,98	56,04	275,26
	<i>Обед</i>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	150	2,91	9,15	8,70	129,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350/10	2,60	7,08	15,74	149,40
440	Плов из птицы	300	31,00	37,00	55,40	678,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1145	46,67	54,57	159,06	1326,30
	<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
	Итого за прием	490	1,76	1,56	61,02	272,70
	<i>Ужин</i>					
21	Салат зеленый с огурцами и помидорами	150	1,50	15,15	3,60	157,50
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
476	Картофель запечённый	250	6,83	25,17	56,00	476,67
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	855	35,30	61,10	145,38	1270,37
	<i>Второй ужин</i>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за день	3795	146,08	173,30	589,12	4519,88

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	13 день					
	<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	100	1,20	6,00	11,20	104,00
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	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	895	30,29	41,27	111,84	942,80
	<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
	Итого за прием	275	12,52	8,38	42,98	296,00
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	350	3,40	8,33	11,06	133,00
372	Шницели припущенные из птицы	110	22,00	19,80	11,79	312,71
139	Капуста тушеная	250	5,10	9,20	19,73	192,50
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	1195	41,56	38,82	120,84	1007,11
	<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
	Итого за прием	480	1,72	1,52	60,04	268,00
	<i>Ужин</i>					
14	Салат из свежих огурцов	150	1,05	9,00	2,70	96,00
333	Рыба запеченная	150	24,30	22,20	0,66	324,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	250	4,81	9,43	33,31	250,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	885	40,32	42,06	107,89	1007,90
	<i>Второй ужин</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,80
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	Итого за прием	230	7,57	6,41	32,10	216,80
	Итого за день	3960	133,97	138,46	475,69	3738,61

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	14 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	15	0,12	10,88	0,20	99,00
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
285	Пудинг творожный запеченный	160	24,11	8,53	33,07	305,07
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	250/10	9,68	15,88	42,43	352,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	790	47,11	44,62	145,51	1171,72
	<i>Второй Завтрак</i>					
291	Манник с м/с	150/5	8,05	4,65	38,23	228,07
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	355	11,21	7,33	54,18	238,13
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
119	Суп картофельный с рыбой	350	16,52	5,46	15,12	175,70
369	Гуляш	150	23,55	23,85	4,65	327,00
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	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	1165	55,34	34,58	137,15	1079,17
	<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
	Итого за прием	490	1,16	1,17	42,42	192,30
	<i>Ужин</i>					
86	Салат "Бурячок"	150	2,20	6,20	8,80	100,00
368	Суфле из птицы	110	14,16	14,03	4,81	202,13
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75
573(ПР)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	845	31,53	29,66	118,70	866,78
	<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
	Итого за прием	300	9,43	8,23	80,60	434,73
	Итого за день	3945	155,79	125,59	578,56	3982,84
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		141,10	132,89	521,57	3847,51
	<i>Норма</i>		130,00	133,00	498,00	3715,00
	<i>Процент выполняемости</i>		109	100	105	104