

Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Феодосийская санаторная
школа-интернат"
г. Феодосия

И.В. Калинина
"28" 11 2025г.



Утверждаю
Директор
ООО "Сбалансированное питание"
г. Симферополь
Ю.В. Евсюков
"28" ноября 2025г.



Основное (организованное) цикличное меню (завтрак, завтрак2, обед, полдник)
для детей, находящихся на обучении в школах - интернатах, СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№ рецепта	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
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
182	Каша жидкая молочная пшенная с м/с	220	7,87	12,28	38,81	298,57
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	600	25,40	39,48	81,47	784,05
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	220	7,18	1,94	23,00	138,20
	<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	110	22,00	14,93	0,00	223,14
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	180,0
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
	Итого за прием	950	41,30	31,60	127,04	968,14
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2100	75,00	73,94	276,85	2087,90

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	100/20	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	220	9,52	13,61	36,86	309,05
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,00
	Итого за прием	630	33,38	35,02	125,53	952,45
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики с повидлом	75/20	4,28	2,28	29,80	156,96
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	295	7,58	5,18	43,60	250,96
	<i>Обед</i>					
95	Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250/10	1,87	5,12	11,37	107,90
265	Плов	300	25,24	33,78	52,04	644,00
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
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	970	39,05	48,18	133,67	1163,90
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2225	81,13	89,29	348,13	2564,80

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
21	Салат из моркови припущенной	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макароны отварные с сыром	175	11,84	13,93	29,85	292,60
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
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	805	25,08	35,04	96,42	714,66
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ппр)	Кондитерские изделия	25	1,48	1,18	18,75	91,50
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	225	1,78	1,28	28,25	131,50
	<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	110	13,93	9,64	4,19	174,90
143	Рагу из овощей	180	3,03	18,84	14,74	243,43
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	955	28,83	40,86	107,24	941,12
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2315	56,81	78,09	277,25	1984,78

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
326	Суфле творожное	105	15,20	9,00	16,30	210,0
141	Суп молочный с клёцками	250	5,38	7,28	13,55	141,25
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	635	25,94	24,34	70,90	608,25
	<i>Второй Завтрак</i>					
541	Булочка ванильная	60	5,30	4,70	28,80	179,00
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	260	11,30	5,70	36,80	244,00
	<i>Обед</i>					
22	Салат из моркови и яблок	100	1,00	6,10	7,50	89,00
101	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	950	31,62	27,85	120,23	862,75
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2175	69,97	58,81	273,27	1912,50

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
211	Омлет с сыром	75	8,96	14,71	1,28	173,75
182	Каша жидкая молочная овсяная	220	8,19	13,44	35,90	298,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	575	22,51	36,21	78,23	729,32
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	220	4,48	3,84	28,80	167,20
	<i>Обед</i>					
151	Икра баклажанная (промышленного производства)	100	1,70	13,30	5,10	147,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,25
440	Плов из птицы	300	31,00	37,00	55,40	678,00
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
	Итого за прием	960	46,83	56,75	147,50	1300,25
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
548	Кисель из свежих фруктов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	330	0,62	0,52	42,14	179,10
	Итого за день	2085	74,44	97,32	296,66	2375,87

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
285	Пудинг творожный запеченный	100	15,07	5,33	20,67	190,67
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
182	Каша жидкая молочная пшеничная	220/5	8,05	12,56	39,70	305,36
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	625	30,01	27,65	112,71	820,42
	<i>Второй Завтрак</i>					
401	Оладьи с повидлом	100/20	9,15	8,81	51,23	320,47
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	320	12,31	11,49	67,18	330,53
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	100	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	250/10	2,08	4,71	6,58	76,96
368	Суфле из птицы	100	12,88	12,75	4,38	183,75
475	Картофельное пюре с морковью	180	3,48	8,64	22,20	181,20
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
	Итого за прием	950	28,78	33,48	104,71	835,91
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2225	72,22	73,53	329,95	2184,36

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
211	Омлет с сыром	75	8,96	14,71	1,28	173,75
182	Каша жидкая молочная рисовая	220/5	5,46	11,55	35,81	268,93
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	590	23,57	37,25	86,61	775,48
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ппр)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	220	7,18	1,94	23,00	138,20
	<i>Обед</i>					
95	Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,00
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(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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1025	37,76	22,60	126,84	871,79
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2165	69,63	62,71	281,79	1982,97

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00
326	Суфле творожное	105	15,20	9,00	16,30	210,0
182	Капа жидкая молочная овсяная с м/с	220	8,19	13,44	35,90	298,57
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	625	33,39	36,40	93,25	837,57
	<i>Второй Завтрак</i>					
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	250	7,20	7,70	44,00	274,00
	<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	300	20,40	20,40	20,40	346,80
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	960	35,33	32,95	105,70	873,05
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2165	77,04	77,97	288,29	2182,12

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	220	6,68	7,08	33,53	224,29
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	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
	Итого за прием	580	19,39	28,43	75,04	632,18
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(п/р)	Кондитерские изделия	25	1,48	1,18	18,75	91,50
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	225	7,48	2,18	26,75	156,50
	<i>Обед</i>					
84	Салат "Пёстрый"	100	1,33	5,17	12,50	101,67
96	Рассольник ленинградский со сметаной	250/5	2,13	5,19	12,94	116,79
310	Шницель рыбный натуральный	150	22,00	2,00	10,60	148,00
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	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
	Итого за прием	995	37,29	19,20	140,33	892,16
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2130	65,27	50,73	287,46	1878,33

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет

№	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
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	100/20	17,54	13,27	33,60	324,00
182	Каша жидкая молочная пшеничная	220	7,87	12,28	38,81	298,57
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	620	33,86	36,41	117,96	935,57
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики со сметаной	60/15	3,38	1,80	23,52	123,91
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	275	3,58	1,90	32,82	161,91
	<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	300	31,00	37,00	55,40	678,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	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
	Итого за прием	970	43,15	49,31	140,43	1186,90
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	2195	81,72	88,53	336,56	2481,88
	<i>Среднедневное значение за 10 дней</i>		72,32	75,09	299,62	2163,55
	<i>Норма</i>		67,50	69,00	287,25	2040,00
	<i>Процент выполняемости</i>		107,15	108,83	104,31	106,06

Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Феодосийская санаторная
школа-интернат"
г. Феодосия

И.В. Калинина
" ____ " _____ 2025г.

Утверждаю
Директор
ООО "Сбалансированное питание"
г. Симферополь

Ю.В. Евсюков
" 28 " ноября 2025г.

Основное (организованное) цикличное меню (завтрак, завтрак2, обед, полдник)
для детей, находящихся на обучении в школах - интернатах, СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№ 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)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
182	Каша жидкая молочная пшенная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	570	23,03	37,04	74,84	725,90
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	215	6,89	1,71	19,25	119,90
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паровой	110	22,00	14,93	0,00	223,14
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,89	5,66	19,99	150,0
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за прием	820	37,09	28,44	102,71	823,94
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	330	1,52	0,52	32,94	145,90
	Итого за день	1935	68,52	67,70	229,74	1815,64

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	75/15	13,15	9,95	25,20	243,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	200/5	8,87	12,68	34,34	287,98
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	555	25,95	30,48	91,69	744,78
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики с повидлом	60/15	3,38	1,80	23,52	123,91
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	275	6,68	4,70	37,32	217,91
	<i>Обед</i>					
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	200/5	1,66	4,11	11,02	95,94
265	Плов	250	21,03	28,15	43,37	536,67
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Итого за прием	795	31,66	39,62	108,09	949,31
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	1955	65,41	75,72	282,45	2109,50

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
21	Салат из моркови припущенной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	8,40	9,93	21,32	209,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	200	2,97	3,57	6,14	71,2
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	675	20,04	28,83	80,14	572,66
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ппр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	215	1,19	0,81	20,75	94,90
	<i>Обед</i>					
34	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
496	Котлеты из филе птицы панированные	110	13,93	9,64	4,19	174,90
143	Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86
573(ппр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	825	25,43	35,19	86,92	792,85
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	330	1,52	0,52	32,94	145,90
	Итого за день	2045	48,17	65,35	220,75	1606,31

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
326	Суфле творожное	85	12,30	7,29	13,20	170,0
141	Суп молочный с клёцками	210	4,52	6,11	11,38	118,65
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	555	20,74	21,25	56,73	502,45
	<i>Второй Завтрак</i>					
541	Булочка ванильная	50	4,42	3,92	24,00	149,17
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	250	10,42	4,92	32,00	214,17
	<i>Обед</i>					
22	Салат из моркови и яблок	80	0,80	4,88	6,00	71,20
101	Суп картофельный с крупой	200	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(ппр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	850	29,22	26,34	104,91	778,35
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	1985	61,50	53,43	238,98	1692,47

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
211	Омлет с сыром	75	8,96	14,71	1,28	173,75
182	Каша жидкая молочная овсяная	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р)	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
	Итого за прием	550	21,28	35,17	71,80	689,16
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(п/р)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,20
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	220	4,48	3,84	28,80	167,20
	<i>Обед</i>					
151	Икра баклажанная (промышленного производства)	80	1,36	10,64	4,08	117,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	Итого за прием	810	38,03	46,58	120,11	1061,60
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
548	Кисель из свежих фруктов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	Итого за прием	330	0,62	0,52	42,14	179,10
	Итого за день	1910	64,40	86,11	262,85	2097,06

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
285	Пудинг творожный запеченный	80	12,05	4,27	16,53	152,53
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная пшеничная	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	560	24,48	24,83	93,38	695,60
	<i>Второй Завтрак</i>					
401	Оладьи с повидлом	100/20	9,15	8,81	51,23	320,47
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	120	9,15	8,81	51,23	320,47
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,64	3,71	5,19	60,68
368	Суфле из птицы	90	11,59	11,48	3,94	165,38
475	Картофельное пюре с морковью	180	3,48	8,64	22,20	181,20
573(п/р)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	Итого за прием	835	24,85	30,92	89,06	734,66
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	1845	59,60	65,48	279,01	1948,22

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
215	Омлет паровой	75	8,96	14,71	1,28	173,75
182	Каша жидкая молочная рисовая	210/3	5,22	11,04	34,22	256,98
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	550	21,20	36,40	72,14	700,53
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ппр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	215	6,89	1,71	19,25	119,90
	<i>Обед</i>					
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(ппр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	865	30,85	18,29	102,63	706,68
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	330	1,52	0,52	32,94	145,90
	Итого за день	1960	60,46	56,92	226,96	1673,01

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
326	Суфле творожное	85	12,30	7,29	13,20	170,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	565	27,34	32,09	78,80	716,01
	<i>Второй Завтрак</i>					
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	250	7,20	7,70	44,00	274,00
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
322	Рагу из овощей и мяса	250	17,00	17,00	17,00	289,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	Итого за прием	810	28,37	26,99	83,71	701,20
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	1955	64,03	67,69	251,85	1888,71

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
210	Омлет натуральный	80	7,43	13,24	1,41	154,48
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	210/5	6,52	6,92	32,76	219,20
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	555	17,88	28,01	66,32	587,48
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(п/р)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	215	6,89	1,71	19,25	119,90
	<i>Обед</i>					
84	Салат "Пёстрый"	80	1,07	4,13	10,00	81,33
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,40
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(п/р)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	180	0,09	0,00	26,46	106,20
	Итого за прием	845	29,99	16,46	116,41	740,92
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	0,52	0,52	12,74	61,10
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	1,12	0,92	45,34	197,50
	Итого за день	1945	55,87	47,10	247,32	1645,80

Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет

№	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
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	75/15	13,15	9,95	25,20	243,00
182	Каша жидкая молочная пшенная	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	555	27,50	32,04	98,02	791,01
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики со сметаной	60/15	3,38	1,80	23,52	123,91
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	275	3,58	1,90	32,82	161,91
	<i>Обед</i>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	80	1,55	4,88	4,64	68,80
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	815	35,00	40,55	113,81	967,28
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	130	1,95	0,65	27,30	124,80
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	330	2,55	1,05	59,90	261,20
	Итого за день	1975	68,64	75,54	304,55	2181,40
	<i>Среднедневное значение за 10 дней</i>		61,66	66,10	254,45	1865,81
	<i>Норма</i>		57,75	59,25	251,25	1762,50
	<i>Процент выполняемости</i>		106,77	111,57	101,27	105,86