

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



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



**Основное (организованное) цикличное меню для детей, находящихся на обучении в школах - интернатах, с учётом 10%-й надбавки в выходные дни, СанПиН 2.3/2.4.3590-20**

**Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>1 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>27,20</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
<b>Итого за прием</b>		<b>561</b>	<b>23,31</b>	<b>39,33</b>	<b>71,91</b>	<b>735,90</b>
<i>Обед</i>						<b>33,52</b>
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	90	18,00	12,21	0,00	182,57
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>820</b>	<b>37,24</b>	<b>24,64</b>	<b>133,91</b>	<b>907,02</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,83</b>
338	Фрукты свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00
495	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
<b>Итого за прием</b>		<b>410</b>	<b>7,14</b>	<b>5,79</b>	<b>86,09</b>	<b>428,40</b>
<i>Ужин</i>						<b>17,93</b>
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,90	0,08	2,80	16,00
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	110,36
310	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,4
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>24,57</b>	<b>7,75</b>	<b>79,03</b>	<b>485,11</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,52</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,25</b>	<b>5,33</b>	<b>19,02</b>	<b>149,25</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2651</b>	<b>98,51</b>	<b>82,85</b>	<b>389,95</b>	<b>2705,68</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>2 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>27,05</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	200/5	8,87	12,68	34,34	287,98
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
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
	<b>Итого за прием</b>	<b>575</b>	<b>32,67</b>	<b>36,52</b>	<b>99,67</b>	<b>858,38</b>
	<i>Обед</i>					<b>30,96</b>
71	Овощи натуральные	80	0,90	0,08	2,80	16,00
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>830</b>	<b>34,94</b>	<b>36,27</b>	<b>127,37</b>	<b>982,35</b>
	<i>Полдник</i>					<b>17,51</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>470</b>	<b>10,16</b>	<b>7,51</b>	<b>111,22</b>	<b>555,55</b>
	<i>Ужин</i>					<b>18,95</b>
486	Капуста тушенная с яблоками	80	1,68	3,04	10,96	94,40
368	Суфле из птицы	90	11,59	11,48	3,94	165,38
171	Картофель, тушённый с луком и томатом	150	5,00	2,40	21,00	125,00
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>24,41</b>	<b>17,81</b>	<b>81,94</b>	<b>601,18</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,53</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(п/р)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2675</b>	<b>108,13</b>	<b>107,31</b>	<b>437,35</b>	<b>3172,95</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>3 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>26,27</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущенной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
233	Каша кукурузная молочная жидкая с м/с	200/5	6,08	6,60	37,10	232,20
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>21,63</b>	<b>31,70</b>	<b>101,26</b>	<b>777,40</b>
<i>Обед</i>						<b>29,04</b>
34	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский	200	1,67	4,07	10,15	91,60
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
372	Шницели припущенные из птицы	90	18,00	16,20	9,64	255,86
492	Рагу овощное (2-й вариант)	150	3,50	6,70	13,10	128,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
<b>Итого за прием</b>		<b>830</b>	<b>32,19</b>	<b>34,31</b>	<b>103,10</b>	<b>859,21</b>
<i>Полдник</i>						<b>15,69</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
541	Булочка ванильная	50	4,42	3,92	24,00	149,17
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>430</b>	<b>7,72</b>	<b>4,82</b>	<b>96,80</b>	<b>464,37</b>
<i>Ужин</i>						<b>23,06</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	90/40	21,06	19,24	5,72	280,80
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>640</b>	<b>31,27</b>	<b>23,28</b>	<b>87,05</b>	<b>682,34</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>5,93</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2760</b>	<b>98,75</b>	<b>103,33</b>	<b>405,35</b>	<b>2958,82</b>

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>4 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>27,06</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,0
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м\с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
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>575</b>	<b>30,96</b>	<b>32,30</b>	<b>86,53</b>	<b>764,61</b>
	<i>Обед</i>					<b>29,66</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
101	Суп картофельный с крупой	200	1,97	2,71	12,11	85,75
333	Рыба запеченная	120	19,44	17,76	0,52	259,20
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>850</b>	<b>32,78</b>	<b>34,19</b>	<b>94,13</b>	<b>838,15</b>
	<i>Полдник</i>					<b>16,42</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>470</b>	<b>7,35</b>	<b>3,06</b>	<b>101,03</b>	<b>463,90</b>
	<i>Ужин</i>					<b>23,26</b>
53	Салат "Витаминный"	80	0,96	4,16	7,60	72,00
347	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,90	11,97	191,70
211	Каша ячневая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>24,30</b>	<b>18,02</b>	<b>99,54</b>	<b>657,24</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>3,61</b>
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>102,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2695</b>	<b>101,19</b>	<b>92,57</b>	<b>389,63</b>	<b>2825,90</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>5 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>23,30</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>560</b>	<b>22,63</b>	<b>30,48</b>	<b>97,71</b>	<b>757,31</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,44</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
265	Плов	240	20,19	45,07	41,42	652,80
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>820</b>	<b>33,18</b>	<b>50,42</b>	<b>122,49</b>	<b>1086,60</b>
	<i>Полдник</i>					<b>13,51</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
545	Сдоба обыкновенная	50	4,00	1,40	23,90	124,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>7,30</b>	<b>2,30</b>	<b>96,70</b>	<b>439,20</b>
	<i>Ужин</i>					<b>24,34</b>
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	80	0,96	8,08	1,60	83,20
420	Запеканка картофельная с мясом	240	20,74	28,03	39,17	491,52
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>27,84</b>	<b>37,00</b>	<b>86,81</b>	<b>791,12</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,40</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(п/р)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2610</b>	<b>96,90</b>	<b>129,41</b>	<b>420,86</b>	<b>3249,73</b>

100,00

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>6 день</b>						
<i>Завтрак</i>						<b>22,39</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	125/15	20,46	15,48	39,20	378,00
141	Суп молочный с клёцками	200	4,30	5,82	10,84	113,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
<b>Итого за прием</b>		<b>605</b>	<b>32,12</b>	<b>32,02</b>	<b>88,68</b>	<b>770,70</b>
<i>Обед</i>						<b>36,69</b>
112	Салат мясной	100	6,50	13,60	7,20	178,00
119	Суп картофельный с рыбой	250	11,80	3,90	10,80	125,50
293	Птица запеченная	100	20,15	23,44	0,07	292,73
205	Макароны отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226,08
573(пр)	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,60	36,90	175,50
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
<b>Итого за прием</b>		<b>1140</b>	<b>53,73</b>	<b>50,18</b>	<b>147,53</b>	<b>1263,11</b>
<i>Полдник</i>						<b>14,45</b>
465	Пицца детская	120	19,27	16,06	33,53	355,20
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
<b>Итого за прием</b>		<b>320</b>	<b>19,87</b>	<b>16,06</b>	<b>68,53</b>	<b>497,60</b>
<i>Ужин</i>						<b>22,37</b>
22	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	280,00
310	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,8
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>31,87</b>	<b>34,37</b>	<b>83,56</b>	<b>770,22</b>
<i>Второй ужин</i>						<b>4,10</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,55	0,93	7,40	60,13
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,14</b>	<b>5,52</b>	<b>16,78</b>	<b>141,28</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2925</b>	<b>143,73</b>	<b>138,14</b>	<b>405,07</b>	<b>3442,90</b>

100,00

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>7 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>22,65</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая с м\с	220/5	6,83	7,24	34,29	229,39
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>611</b>	<b>27,52</b>	<b>39,93</b>	<b>74,79</b>	<b>767,78</b>
	<i>Обед</i>					<b>34,87</b>
119	Салат "Оригинальный"	100	6,92	8,92	1,67	115,00
118/109	Суп с клецками	250	5,60	4,80	10,18	115,00
367	Жаркое по - домашнему	250	28,17	26,83	22,33	443,33
573(пр)	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,60	36,90	175,50
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
338	Плоды свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>1110</b>	<b>52,06</b>	<b>42,62</b>	<b>144,51</b>	<b>1182,13</b>
	<i>Полдник</i>					<b>16,59</b>
408/457/467	Пирожки печёные из пресного слоёного теста(кубите)	120	16,68	24,14	34,08	420,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>320</b>	<b>17,28</b>	<b>24,14</b>	<b>69,08</b>	<b>562,40</b>
	<i>Ужин</i>					<b>21,72</b>
71	Овощи натуральные	100	0,80	0,10	1,70	10,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	125	21,33	14,83	9,83	258,33
304	Рис отварной	180	4,38	6,45	44,02	251,64
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>685</b>	<b>32,65</b>	<b>22,27</b>	<b>101,59</b>	<b>736,37</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>4,17</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,55	0,93	7,40	60,13
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,14</b>	<b>5,52</b>	<b>16,78</b>	<b>141,28</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2926</b>	<b>135,65</b>	<b>134,47</b>	<b>406,75</b>	<b>3389,96</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>8 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,22</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	120	18,08	6,40	24,80	228,80
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	205/15	7,87	12,28	38,81	298,57
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>605</b>	<b>33,15</b>	<b>30,30</b>	<b>105,82</b>	<b>829,42</b>
	<i>Обед</i>					<b>36,29</b>
86	Салат "Бурячок"	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей	200	1,60	3,62	5,06	59,20
365	Мясо тушеное	90/40	20,15	21,45	3,64	572,00
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>860</b>	<b>34,57</b>	<b>37,22</b>	<b>109,12</b>	<b>1193,65</b>
	<i>Полдник</i>					<b>12,37</b>
338	Фрукты свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>5,22</b>	<b>5,52</b>	<b>82,84</b>	<b>407,00</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,79</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
412/505	Фрикадельки в соусе	90/40	10,28	13,12	9,16	196,86
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	8,95	37,37	262,50
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>640</b>	<b>25,35</b>	<b>23,05</b>	<b>93,93</b>	<b>683,76</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,34</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2735</b>	<b>104,25</b>	<b>105,30</b>	<b>408,85</b>	<b>3289,33</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>9 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,01</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
209	Яйца варёные	40	5,08	4,60	0,28	63,00
207	Макаронник	100	3,97	5,89	25,75	172,31
232	Каша пшеничная молочная жидкая м\с	200/5	7,46	6,64	36,26	234,60
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
467	Напиток из цикория	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>595</b>	<b>23,97</b>	<b>28,50</b>	<b>98,32</b>	<b>746,31</b>
	<i>Обед</i>					<b>34,79</b>
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
333	Рыба запеченная	120	19,44	17,76	0,52	259,20
462	Рис, припущенный с томатом	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>860</b>	<b>35,92</b>	<b>36,03</b>	<b>135,87</b>	<b>1037,95</b>
	<i>Полдник</i>					<b>15,94</b>
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>460</b>	<b>9,71</b>	<b>7,47</b>	<b>91,62</b>	<b>475,55</b>
	<i>Ужин</i>					<b>19,52</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
334	Запеканка картофельная с мясом	240	15,36	12,84	20,40	360,00
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>22,04</b>	<b>13,81</b>	<b>67,60</b>	<b>582,40</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>4,74</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,55	0,93	7,40	60,13
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,14</b>	<b>5,52</b>	<b>16,78</b>	<b>141,28</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2715</b>	<b>97,78</b>	<b>91,32</b>	<b>410,20</b>	<b>2983,49</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>10 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>24,01</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
399	Блинчики с повидлом	75/15	4,05	2,16	28,23	148,70
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
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
	<b>Итого за прием</b>	<b>545</b>	<b>17,95</b>	<b>25,25</b>	<b>93,41</b>	<b>673,31</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,50</b>
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,52	7,12	6,16	94,40
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	90	15,66	8,82	9,90	183,60
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(п/р)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>820</b>	<b>32,96</b>	<b>24,18</b>	<b>144,60</b>	<b>939,34</b>
	<i>Полдник</i>					<b>16,15</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,0
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>500</b>	<b>20,37</b>	<b>11,29</b>	<b>65,93</b>	<b>452,80</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,08</b>
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
322	Рагу из овощей и мяса	240	16,32	16,32	16,32	277,44
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>23,40</b>	<b>22,09</b>	<b>68,00</b>	<b>563,04</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>6,26</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(п/р)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2665</b>	<b>100,63</b>	<b>92,02</b>	<b>389,08</b>	<b>2803,99</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>11 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>22,70</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
269	Омлет с зелёным горошком	100	6,67	10,00	3,20	129,33
230	Каша манная молочная жидкая с м\с	200/5	6,22	6,60	31,24	209,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>570</b>	<b>22,49</b>	<b>31,37</b>	<b>68,32</b>	<b>645,33</b>
	<i>Обед</i>					<b>35,17</b>
25	Салат из припущенной моркови с зел. гор-ом	80	1,55	4,88	4,64	68,80
96	Рассольник ленинградский	200	1,67	4,07	10,15	91,60
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
441	Чахохбили	125	22,33	22,17	6,33	314,17
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	0,10	0,00	29,40	118,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>865</b>	<b>38,77</b>	<b>38,09</b>	<b>123,67</b>	<b>999,97</b>
	<i>Полдник</i>					<b>16,44</b>
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>470</b>	<b>8,18</b>	<b>7,33</b>	<b>91,06</b>	<b>467,35</b>
	<i>Ужин</i>					<b>22,11</b>
71	Овощи натуральные	80	0,64	0,08	1,36	8,00
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,40
476	Картофель запечённый	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>630</b>	<b>28,48</b>	<b>17,67</b>	<b>89,48</b>	<b>628,80</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>3,59</b>
386	Кисломолочный напиток	200	5,80	5,00	8,40	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>8,40</b>	<b>102,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2735</b>	<b>103,73</b>	<b>99,46</b>	<b>380,94</b>	<b>2843,45</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>12 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,99</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
233	Каша кукурузная молочная жидкая с м\с	200/5	6,08	6,60	37,10	232,20
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
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>575</b>	<b>29,88</b>	<b>30,44</b>	<b>102,43</b>	<b>802,60</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,38</b>
95	Икра морковная	80	3,04	6,48	6,00	94,40
82	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	10	0,24	1,50	0,32	15,75
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
573(пр)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>830</b>	<b>37,18</b>	<b>42,48</b>	<b>123,27</b>	<b>1030,75</b>
	<i>Полдник</i>					<b>14,22</b>
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
545	Сдоба обыкновенная	50	4,00	1,40	23,90	124,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>430</b>	<b>7,30</b>	<b>2,30</b>	<b>96,70</b>	<b>439,20</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,72</b>
486	Капуста тушенная с яблоками	80	1,68	3,04	10,96	94,40
347	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,90	11,97	191,70
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
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
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>24,65</b>	<b>18,63</b>	<b>89,41</b>	<b>639,75</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,68</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2635</b>	<b>104,96</b>	<b>103,06</b>	<b>428,95</b>	<b>3087,80</b>

**100,00**

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>13 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,61</b>
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	150	10,15	11,94	25,58	250,80
140	Суп молочный с крупой (пшено)	250	6,00	6,25	20,55	162,50
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>765</b>	<b>24,71</b>	<b>34,91</b>	<b>95,97</b>	<b>797,00</b>
	<i>Обед</i>					<b>31,77</b>
71	Овощи натуральные	100	0,80	0,10	1,70	10,00
123/	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	8,95	9,58	7,50	152,00
449	Зразы из кур, с омлетом и овощами	100	14,62	11,08	8,92	195,38
139	Капуста тушеная	180	3,67	6,62	14,20	138,60
573(пр)	Хлеб пшеничный	75	5,70	0,60	36,90	175,50
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
338	Плоды свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>1140</b>	<b>39,12</b>	<b>29,44</b>	<b>139,16</b>	<b>988,78</b>
	<i>Полдник</i>					<b>15,99</b>
465	Пицца детская	120	19,27	16,06	33,53	355,20
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,00	35,00	142,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>320</b>	<b>19,87</b>	<b>16,06</b>	<b>68,53</b>	<b>497,60</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,98</b>
37	Салат "Степной" из разных овощей	100	3,60	10,20	7,80	137,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,75
310	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,8
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>735</b>	<b>30,30</b>	<b>19,15</b>	<b>89,83</b>	<b>652,97</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,64</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>3160</b>	<b>119,95</b>	<b>108,76</b>	<b>410,63</b>	<b>3111,85</b>

100,00

## Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>14 день</b>					
	<i>Завтрак</i>					<b>25,22</b>
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	125	18,83	6,67	25,83	238,33
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	220/5	8,38	13,75	36,72	305,36
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>630</b>	<b>35,52</b>	<b>32,18</b>	<b>111,66</b>	<b>879,04</b>
	<i>Обед</i>					<b>33,26</b>
71	Овощи натуральные	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	75	5,70	0,60	36,90	175,50
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	35	2,38	0,46	13,93	69,30
338	Плоды свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
481	Кисель витаминный	200	0,20	0,20	24,80	102,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>1165</b>	<b>47,62</b>	<b>29,82</b>	<b>174,72</b>	<b>1159,37</b>
	<i>Полдник</i>					<b>15,96</b>
408/457/467	Пирожки печёные из пресного слоёного теста(кубите)	120	16,68	24,14	34,08	420,00
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>320</b>	<b>17,28</b>	<b>24,54</b>	<b>66,68</b>	<b>556,40</b>
	<i>Ужин</i>					<b>20,53</b>
120	Салат "Пикантный"	100	5,90	12,80	2,80	151,00
368	Суфле из птицы	100	12,88	12,75	4,38	183,75
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>28,59</b>	<b>32,20</b>	<b>77,74</b>	<b>715,85</b>
	<i>Второй ужин</i>					<b>5,03</b>
386	Кисломолочный напиток	185	5,37	4,63	7,77	94,35
580(пр)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,95</b>	<b>9,22</b>	<b>17,15</b>	<b>175,50</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2975</b>	<b>134,96</b>	<b>127,95</b>	<b>447,95</b>	<b>3486,16</b>
						<b>100,00</b>
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		<b>96,71</b>	<b>102,36</b>	<b>409,40</b>	<b>3096,57</b>
	<i>Норма</i>		<b>79,20</b>	<b>81,26</b>	<b>344,57</b>	<b>2417,14</b>
	<i>Процент выполняемости</i>		<b>122,10</b>	<b>125,97</b>	<b>118,81</b>	<b>128,11</b>