

Согласовано
Директор ГБОУ РК

"Феодосийская специальная
школа-интернат"



г. Феодосия

Ю.А. Утробин
2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО

"Сбалансированное питание"

г. Симферополь

Ю.В. Евсюков

"27" ноября 2025г.

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

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

Сезон: Зимний; 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
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	690	36,24	50,88	113,64	977,49
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	60	3,54	2,82	45,00	219,60
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	240	8,94	3,72	52,20	278,10
	<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 рубленый 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	Фрукты свежие	280	4,20	1,40	58,80	268,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	5,20	1,40	79,00	353,60
	<i>Ужин</i>					
70	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
	Итого за день	3470	135,31	104,86	521,21	3506,52

Сезон: Зимний; 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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	790	52,88	53,71	159,77	1334,34
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики с повидлом	100/20	5,41	2,88	37,64	198,26
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	320	11,41	3,88	45,64	263,26
	<i>Обед</i>					
70	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	Фрукты свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
45	Салат из белокочанной капусты	150	1,97	4,87	9,70	90,60
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
411	Оладьи из печени по - кунцевски	150	30,90	21,30	28,50	429,00
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	895	48,45	55,83	147,11	1281,50
	Итого за день	3640	157,40	157,45	581,68	4418,68

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	3 день					
	Завтрак					
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
	Второй Завтрак					
581(ПР)	Кондитерские изделия	60	3,54	2,82	45,00	219,60
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	260	9,54	3,82	53,00	284,60
	Обед					
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
	Полдник					
338	Плоды свежие	280	4,20	1,40	58,80	268,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	5,20	1,40	79,00	353,60
	Ужин					
70	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
	Итого за день	3665	123,34	137,30	430,35	3395,24

Сезон: Зимний; 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>					
70	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	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
88	Винегрет овощной	150	2,10	15,15	9,90	184,50
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	43,25	54,12	129,56	1177,97
	Итого за день	3550	138,83	128,59	501,50	3730,15

Сезон: Зимний; 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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	710	37,17	54,16	107,56	1067,51
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	60	3,54	2,82	45,00	219,60
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	240	8,94	3,72	52,20	278,10
	<i>Обед</i>					
70	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	280	4,20	1,40	58,80	268,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	5,20	1,40	79,00	353,60
	<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
	Итого за день	3450	144,56	153,25	536,51	4122,56

Сезон: Зимний; 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 сгуш.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00
182	Каша жидкая молочная пшениная 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>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	150	2,91	9,15	8,70	129,00
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	57,76	49,01	132,25	1201,68
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
16	Салат из солёных огурцов с луком	150	1,20	9,00	3,90	102,00
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	33,84	36,41	105,00	1030,90
	Итого за день	3600	155,60	143,48	527,65	4088,17

Сезон: Зимний; 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
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	705	34,90	45,19	104,38	962,96
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	60	3,54	2,82	45,00	219,60
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	240	8,94	3,72	52,20	278,10
	<i>Обед</i>					
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	150	2,85	13,35	11,55	177,00
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	60,28	58,98	136,28	1328,57
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	280	4,20	1,40	58,80	268,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	5,20	1,40	79,00	353,60
	<i>Ужин</i>					
70	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
	Итого за день	3425	143,81	119,57	497,45	3653,76

Сезон: Зимний; 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
411	Оладьи из печени по - кунцевски	150	30,90	21,30	28,50	429,00
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	1250	50,81	47,54	151,49	1237,61
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
70	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
	Итого за день	3715	159,20	142,17	594,18	4205,71

Сезон: Зимний; 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	60	3,54	2,82	45,00	219,60
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	240	8,94	3,72	52,20	278,10
	<i>Обед</i>					
70	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	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	150	2,25	0,25	9,75	50,00
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	31,13	122,64	945,90
	Итого за день	3510	129,22	105,20	501,27	3496,19

Сезон: Зимний; 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
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	750	48,18	47,42	130,01	1144,86
	<i>Второй Завтрак</i>					
614	Булочка "Ароматная"	100	7,80	9,60	60,40	360,00
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	300	13,80	10,60	68,40	425,00
	<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	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	150	2,85	13,35	11,55	177,00
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	36,71	32,04	141,55	1003,30
	Итого за день	3500	147,43	133,27	551,78	4025,91

Сезон: Зимний; 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
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	Итого за прием	710	35,93	46,45	106,52	897,02
	<i>Второй Завтрак</i>					
580(ПР)	Кондитерские изделия	60	2,34	18,36	37,50	324,60
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	240	7,74	19,26	44,70	383,10
	<i>Обед</i>					
70	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	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
45	Салат из белокачанной капусты	150	1,97	4,87	9,70	90,60
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	48,88	43,65	133,36	1120,50
	Итого за день	3500	139,18	129,62	522,29	3736,35

Сезон: Зимний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	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
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	320	11,41	3,88	45,64	263,26
	<i>Обед</i>					
70	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
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	44,96	45,57	152,91	1212,30
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
88	Винегрет овощной	150	2,10	15,15	9,90	184,50
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	35,90	61,10	151,68	1297,37
	Итого за день	3595	148,16	164,09	590,95	4446,38

Сезон: Зимний; 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>					
37	Салат "Степной" из разных овощей	150	5,40	15,30	11,70	205,50
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	45,76	53,97	129,99	1197,61
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	5,35	1,45	81,10	363,20
	<i>Ужин</i>					
95	Икра морковная	150	5,70	12,15	11,25	177,00
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	44,97	45,21	116,44	1088,90
	Итого за день	3740	138,88	150,28	482,35	3888,51

Сезон: Зимний; 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>					
541	Булочка ванильная	100	8,83	7,83	48,00	298,33
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	Итого за прием	300	14,83	8,83	56,00	363,33
	<i>Обед</i>					
16	Салат из солёных огурцов с луком	100	0,80	6,00	2,60	68,00
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	1115	54,94	40,43	137,20	1132,17
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	290	4,35	1,45	60,90	278,40
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
	Итого за прием	490	4,95	1,85	93,50	414,80
	<i>Ужин</i>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	150	1,80	7,80	14,25	135,00
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	31,13	31,26	124,15	901,78
	Итого за день	3540	152,97	126,99	556,36	3983,80
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		143,85	135,44	528,25	3907,00
	<i>Норма</i>		130,00	133,00	498,00	3715,00
	<i>Процент выполняемости</i>		110,65	101,83	106,08	105,17