

Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Феодосийская специальная
школа-интернат"

г. Феодосия
Ю.А. Утробин
"14" _____ 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, СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, 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	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	150	5,36	8,37	26,46	203,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	481	23,14	40,16	52,65	584,12
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	3,66	4,38	53,40
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паровой	70	14,00	9,50	0,00	142,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,50	4,90	17,32	130,0
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
495	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
	Итого за прием	695	26,52	20,80	84,74	639,90
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,79	1,64	4,79	73,57
309	Макаронные изделия отварные с м/с	130	4,78	3,91	22,92	145,99
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
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,2
	Итого за прием	525	19,21	6,27	61,80	379,46
	Итого за день	2201	77,57	70,77	275,54	1978,14

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	2 день					
	<i>Завтрак</i>					
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	90/15	15,35	11,61	29,40	283,50
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	150	6,49	9,28	25,13	210,71
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	455	26,33	23,66	76,79	625,61
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики со сметаной	60/10	3,15	1,68	21,96	115,65
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	250	8,55	2,58	29,16	174,15
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	200/5	1,66	4,11	11,02	95,94
265	Плов	200	16,83	22,52	34,69	429,33
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
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Итого за прием	700	23,04	27,35	82,61	696,87
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	300	0,40	0,41	23,80	103,00
	<i>Ужин</i>					
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24
411	Оладьи из печени по - кунцевски	80	16,48	11,36	15,20	228,80
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	130	2,83	10,91	19,64	187,20
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
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	505	24,26	24,87	71,79	606,14
	Итого за день	1910	82,17	78,46	260,35	2102,78

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	3 день					
	<i>Завтрак</i>					
21	Салат из моркови припущенной	50	0,60	3,00	5,60	52,00
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	150	2,23	2,68	4,61	53,4
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	525	15,66	18,20	55,72	370,25
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(ппр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
34	Салат из свеклы с чесноком	60	0,84	3,66	4,50	54,60
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
496	Котлеты из филе птицы панированные	70	8,86	6,13	2,67	111,30
143	Рагу из овощей	130	2,19	13,61	10,65	175,81
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,27	0,01	15,75	64,80
	Итого за прием	700	17,86	28,15	68,68	620,10
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	70/30	16,20	14,80	4,40	216,00
171	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,19	7,76	32,39	227,50
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	525	28,03	23,27	70,89	603,40
	Итого за день	2250	70,25	73,16	271,63	1968,41

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 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
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
326	Суфле творожное	90	13,03	7,71	13,97	180,0
141	Суп молочный с клёцками	150	3,23	4,37	8,13	84,75
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	465	21,51	24,00	40,44	465,75
	<i>Второй Завтрак</i>					
541	Булочка ванильная	50	4,42	3,92	24,00	149,17
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30
	Итого за прием	230	9,64	8,42	32,64	245,47
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
101	Суп картофельный с крупой	200	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	70	10,71	7,70	9,31	149,10
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	180	0,09	0,09	9,99	41,40
	Итого за прием	695	19,89	15,29	74,86	520,90
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	300	0,40	0,41	23,80	103,00
	<i>Ужин</i>					
88	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,80
441	Чахохбили	100	17,87	17,73	5,07	251,33
211	Каша ячневая с овощами	130	2,97	2,66	29,40	153,52
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	525	25,93	27,11	71,69	634,36
	Итого за день	2215	77,37	75,23	243,43	1969,47

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	5 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная овсяная	150	5,59	9,16	24,48	203,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	465	22,70	39,78	48,65	644,22
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	200	20,67	24,67	36,93	452,00
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
495	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	18,09	75,60
	Итого за прием	695	30,06	29,60	93,98	771,90
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	60	0,72	3,12	5,70	54,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	80	13,65	9,49	6,29	165,33
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	130	2,83	10,91	19,64	187,20
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	505	21,45	24,18	64,89	562,23
	Итого за день	2165	82,91	97,10	283,86	2353,01

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	6 день					
	<i>Завтрак</i>					
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	90/15	15,35	11,61	29,40	283,50
182	Каша жидкая молочная пшенная с м\с	150	5,36	8,37	26,46	203,57
573(ппр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	455	22,41	20,23	74,07	568,07
	<i>Второй Завтрак</i>					
291	Манник с повидлом	75/10	4,41	2,55	20,97	125,07
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	265	7,26	4,96	35,32	134,13
	<i>Обед</i>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	60	1,16	3,66	3,48	51,60
119	Суп картофельный с рыбой	200	9,44	3,12	8,64	100,40
293	Птица запеченная	70	14,10	16,41	0,05	204,91
205	Макароны отварные с овощами	130	4,48	5,19	24,72	163,28
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Итого за прием	695	33,26	29,03	72,76	685,79
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	300	0,40	0,41	23,80	103,00
	<i>Ужин</i>					
16	Салат из солёных огурцов с луком	60	0,48	3,60	1,56	40,80
334	Запеканка картофельная с мясом	200	12,80	10,70	17,00	300,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	495	17,53	14,96	51,82	496,50
	Итого за день	2210	80,86	69,59	257,77	1987,49

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 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
15	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидкая	150	4,55	4,83	22,86	152,93
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	476	21,29	35,34	47,11	591,02
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80
118/109	Суп с клецками	200	4,48	3,84	8,14	92,00
367	Жаркое по - домашнему	200	22,53	21,47	17,87	354,67
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,27	0,01	15,75	64,80
	Итого за прием	695	32,40	31,22	71,09	701,97
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
308	Котлеты рыбные любительские	80	10,00	1,20	4,16	67,20
304	Рис отварной с маслом сливочным	130	3,16	4,66	31,79	181,74
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	505	17,89	6,57	70,23	410,64
	Итого за день	2176	80,29	76,68	264,77	2078,28

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	8 день					
	<i>Завтрак</i>					
285	Пудинг творожный запеченный	90	13,56	4,80	18,60	171,60
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная пшенная	150	5,36	8,37	26,46	203,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	455	21,79	14,70	71,78	507,02
	<i>Второй Завтрак</i>					
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/15	6,86	6,61	38,42	240,35
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	270	9,71	9,02	52,78	249,41
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	60	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,64	3,71	5,19	60,68
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
475	Картофельное пюре с морковью	130	2,51	6,24	16,03	130,87
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
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Итого за прием	730	31,02	31,01	84,89	743,15
	<i>Полдник</i>					
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	300	0,40	0,41	23,80	103,00
	<i>Ужин</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
374	Мясо в кисло - сладком соусе	100	16,70	17,50	7,80	256,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	2,32	7,53	16,46	145,71
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
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	525	23,66	25,74	58,36	561,61
	Итого за день	2280	86,59	80,87	291,60	2164,19

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 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
211	Омлет с сыром	105	12,55	20,60	1,79	243,25
182	Каша жидкая молочная рисовая	150	3,64	7,70	23,87	179,29
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	465	20,76	38,32	48,05	619,94
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
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	100	9,79	1,64	4,79	73,57
309	Макаронные изделия отварные с м/с	130	4,78	3,91	22,92	145,99
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
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,27	0,01	15,75	64,80
	Итого за прием	730	20,78	10,22	78,15	495,14
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	60	0,90	0,10	3,90	20,00
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	70	15,12	12,74	5,32	196,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,50	4,90	17,32	130,0
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	495	22,77	18,40	59,80	501,70
	Итого за день	2190	73,01	70,48	262,34	1991,43

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	10 день					
	<i>Завтрак</i>					
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
326	Суфле творожное	90	13,03	7,71	13,97	180,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	150	5,59	9,16	24,48	203,57
573(ппр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	455	26,58	24,07	60,71	568,97
	<i>Второй Завтрак</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
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	3,66	4,38	53,40
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
322	Рагу из овощей и мяса	200	13,60	13,60	13,60	231,20
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
486	Компот из свежих плодов и ягод	180	0,09	0,09	9,99	41,40
	Итого за прием	695	22,84	22,13	65,91	564,30
	<i>Полдник</i>					
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	250	3,90	4,81	44,20	236,00
	<i>Ужин</i>					
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	70	12,18	6,86	7,70	142,80
462	Рис, припущенный с томатом	130	3,29	4,68	33,71	190,67
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	495	20,86	17,54	79,29	559,97
	Итого за день	2095	80,19	69,55	258,11	1994,24

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	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
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	150	4,55	4,83	22,86	152,93
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	9,05
	Итого за прием	481	22,33	36,62	49,04	533,47
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
310	Шницель рыбный натуральный	80	11,73	1,07	5,65	78,93
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95
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
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	180	0,09	0,00	26,46	106,20
	Итого за прием	710	20,66	10,03	85,96	523,67
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
45	Салат из белокочанной капусты	60	0,79	1,95	3,88	36,24
441	Чахохбили	100	17,87	17,73	5,07	251,33
171	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,19	7,76	32,39	227,50
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	525	30,09	28,10	74,59	670,77
	Итого за день	2216	81,78	78,29	285,94	2102,58

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	12 день (пятница)					
	<i>Завтрак</i>					
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	90/15	15,35	11,61	29,40	283,50
182	Каша жидкая молочная пшениная	150	5,36	8,37	26,46	203,57
573(ппр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	455	25,20	22,75	78,12	618,47
	<i>Второй Завтрак</i>					
399	Блинчики со сметаной	60/10	3,15	1,68	21,96	115,65
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	<i>Обед</i>					
70	Овощи натуральные по сезону	60	0,48	0,06	1,02	6,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
440	Плов из птицы	200	20,67	24,67	36,93	452,00
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,27	0,01	15,75	64,80
	Итого за прием	700	26,87	29,34	87,38	727,58
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
	Итого за прием	300	0,40	0,41	23,80	103,00
	<i>Ужин</i>					
88	Винегрет овощной	60	0,84	6,06	3,96	73,80
347	Котлеты "Школьные"	70	16,83	12,10	14,63	234,30
476	Картофель запечённый	130	3,55	13,09	29,12	247,87
573(ппр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ппр)	Хлеб ржано-пшеничный	25	1,70	0,33	9,95	49,50
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	495	25,38	31,90	80,79	709,87
	Итого за день	2130	83,26	85,30	277,29	2217,41

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	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
21	Салат из моркови припущенной	50	0,60	3,00	5,60	52,00
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	150	2,23	2,68	4,61	53,4
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	545	13,83	23,21	54,79	484,80
	<i>Второй Завтрак</i>					
410	Ватрушки с творогом	60	7,38	4,38	23,34	161,60
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	240	10,35	6,99	35,76	246,20
	<i>Обед</i>					
37	Салат "Степной" из разных овощей	60	2,16	6,12	4,68	82,20
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,94	4,76	6,32	76,00
372	Шницели припущенные из птицы	70	14,00	12,60	7,50	199,00
139	Капуста тушеная	150	3,06	5,52	11,84	115,50
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
461	Чай каркаде	180	0,00	0,01	12,60	50,40
	Итого за прием	715	25,14	29,57	67,65	642,80
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
95	Икра морковная	60	2,28	4,86	4,50	70,80
333	Рыба запеченная	80	12,96	11,84	0,35	172,80
125	Картофель отварной с маслом сливочным	130	2,50	4,90	17,32	130,0
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
459	Чай с лимоном	180	0,27	0,09	8,55	36,00
	Итого за прием	505	21,99	22,26	55,43	529,30
	Итого за день	2285	72,24	82,80	252,77	2072,86

Сезон: Зимний; Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	14 день					
	<i>Завтрак</i>					
285	Пудинг творожный запеченный	75	11,30	4,00	15,50	143,00
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная овсяная с м\с	150	5,59	9,16	24,48	203,57
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	460	19,69	14,70	67,44	480,42
	<i>Второй Завтрак</i>					
581(пр)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,40
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
	Итого за прием	220	7,76	2,78	37,20	204,90
	<i>Обед</i>					
16	Салат из солёных огурцов с луком	60	0,48	3,60	1,56	40,80
119	Суп картофельный с рыбой	200	9,44	3,12	8,64	100,40
369	Гуляш	100	15,70	15,90	3,10	218,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	2,32	7,53	16,46	145,71
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
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	Итого за прием	725	32,01	30,80	65,63	670,51
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	Итого за прием	280	0,94	0,76	39,14	169,76
	<i>Ужин</i>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	60	0,72	3,12	5,70	54,00
368	Суфле из птицы	70	9,01	8,93	3,06	128,63
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95
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
457	Чай с сахаром	180	0,18	0,09	8,37	34,20
	Итого за прием	495	16,55	16,86	59,56	455,48
	Итого за день	1900	76,01	65,14	229,83	1811,31
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		73,35	71,62	265,37	2056,54
	Норма		54	60	261	1800
	<i>Процент выполняемости</i>		135,84	119,36	101,68	114,25