

Согласовано
Директор ГБОУ РК
"Феодосийская специальная
школа-интернат"


Г. Феодосия
Ю.А. Угробин
2025г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО
"Сбалансированное питание"


г. Симферополь
Е.В. Евсюкова
27 августа 2025г.



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

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№ п/п	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углебод- дод., г	Эн. ккал
			всего	всего	всего	всего		
	1 день							
	Завтрак							
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 пшеница с м.с	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86		
573(пг)	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,10		
575(пг)	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		
	Второй завтрак							
581(пг)	Компот из фруктов	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		
	Обед							
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	Винегрет 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(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90		
575(пг)	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		
	Полдник							
338	Плоды свежие	280	1,12	1,12	27,44	131,60		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
	Итого за прием	480	2,12	1,12	47,64	216,40		
	Ужин							
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00		
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	19,57	3,29	9,57	147,14		
309	Макаронные изделия отварные с м.с	180	6,62	5,42	31,73	202,14		
573(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,9		
575(пг)	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	132,23	104,58	489,85	3369,32		

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белков, г		Жиров, г		Углевод- да, г	ЭЦ, ккал
			всего	на порцию	всего	на порцию		
2	День							
Завтрак								
14	Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
3	Ветчина (порция)	25	3,60	6,40	0,00	72,00		
223	Запеканка из творога с молоком стуж.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00		
183	Каша яловая молочная из гречневой крупы	250/10	11,25	16,08	43,56	365,24		
573(гр)	Хлеб пшеничный	65	4,94	0,52	31,98	152,10		
575(гр)	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		
Второй завтрак								
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		
Обед								
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00		
82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	350/10	2,92	7,22	19,36	168,48		
265	Плов	300	25,24	33,78	52,04	644,00		
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90		
575(гр)	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		
Полдник								
338	Фрукты свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
Итого за прием		490	2,16	1,16	48,62	221,10		
Ужин								
45	Салат из мелкоочанной капусты	150	1,97	4,87	9,70	90,60		
14	Масло сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
411	Оладьи из печени по - хунгевски	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(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90		
575(гр)	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	154,21	157,16	549,20	4276,58		

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углебо- ды, г	ЭЦ, ккал
3 день						
	Завтрак					
14	Масло сливочное (порошковое)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (порошковая)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
21	Салат из моркови протертый	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макаронные изделия с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40
573(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
121	Суп молочный с крупой (кухляная)	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(гр)	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 свежих с чесноком	150	2,10	9,15	11,25	136,50
96	Расходник 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(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	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	1,12	1,12	27,44	131,60
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	2,12	1,12	47,64	216,40
	Ужин					
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
403/513	Терфени (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(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	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: Осенний, Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Безжира, г	Жиры, г	Углевод- ды, г	ЭЦ, ккал
4 день						
Завтрак						
14	Масло сливочное (поршиками)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (поршиками)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
326	Сухое творожное с м/с	160,5	23,89	14,14	25,61	330,00
141	Суп молочный с клецками	250	5,38	7,28	13,55	141,25
573(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гр)	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
Второй завтрак						
541	Булочка мясная	100	8,83	7,83	48,00	298,33
385	Молоко кипяченное	180	5,22	4,50	8,64	96,30
Итого за прием		280	14,05	12,33	56,64	394,63
Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
101	Суп картофельный с крупой	350	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	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
Полдник						
338	Плоды свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием		490	2,16	1,16	48,62	221,10
Ужин						
52	Икра овощная	150	1,95	4,05	5,70	67,50
14	Масло сливочное (поршиками)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
441	Чахохбили	150	26,80	26,60	7,60	377,00
211	Капша яичная с овощами	180	4,11	3,69	40,71	212,57
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Итого за прием		825	43,10	43,02	125,36	1060,97
Итого за день		3550	135,49	117,20	464,82	3471,05

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Валют, г	Всего, г	Жиры, г	Углебо- ды, г	Эл. ккал
	5 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
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(пг)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(пг)	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
	Второй Завтрак					
581(пг)	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
	Обед					
71	Овощи нагрываемые 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(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	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
	Полдник					
338	Плоды свежие	280	1,12	1,12	27,44	131,60
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	480	2,12	1,12	47,64	216,40
	Ужин					
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(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	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	141,48	152,97	505,15	3985,36

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	6 день					
	<i>Завтрак</i>					
14	Мясно сливочное (поршенин)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (поршенин)	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 пшеница с м/с	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гр)	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	Машиник 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	Макарона отварные с овощами	180	6,21	7,19	34,23	226,08
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	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	Фрукты свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	2,16	1,16	48,62	221,10
	<i>Ужин</i>					
14	Салат из свежих овощей	150	1,05	9,00	2,70	96,00
14	Мясно сливочное (поршенин)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
334	Запеканка картофельная с мясом	350	22,40	18,73	29,75	525,00
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	845	33,69	36,41	103,80	1024,90
	Итого за день	3600	152,26	143,19	493,97	3940,07

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			несто	несто	несто	несто		
7 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	
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(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52		140,40	
575(гр)	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	
Второй завтрак								
581(гр)	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	
Обед								
196	Кабачки, запеченные под соусом	150	6,15	6,15	22,05		168,00	
118/109	Суп с клецками	350	7,84	6,72	14,25		161,00	
367	Жаркое по - домашнему	350	39,43	37,57	31,27		620,67	
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82		198,90	
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90		99,00	
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50		72,00	
Итого за прием		1185	63,58	51,78	146,78		1319,57	
Полдник								
338	Плоды свежие	280	1,12	1,12	27,44		131,60	
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20		84,80	
Итого за прием		480	2,12	1,12	47,64		216,40	
Ужин								
71	Овощи наугруженные 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(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82		198,90	
575(гр)	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	144,03	112,09	476,59		3507,56	

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г несто	Жиры, г несто	Углево- дид, г	ЭЦ, ккал
8 день						
Завтрак						
14	Мясо сливочное (порция)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (порция)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
285	Пудинг творожный запеченный	160	24,11	8,53	33,07	305,07
471	Молоко стуженное	20	1,44	1,70	11,10	65,40
182	Каша жидкая молочноя пшеница	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(пг)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(пг)	Хлеб ржаной-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
Второй завтрак						
401	Оладьи с молоком стуженым	150/15	12,58	12,11	70,45	440,65
379	Кефирный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
Итого за прием		365	15,74	14,79	86,39	450,71
Обед						
86	Салат "Варячен"	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 - куневски	150	30,90	21,30	28,50	429,00
475	Картофельное пюре с морковью	250	4,83	12,00	30,83	251,67
573(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	Хлеб ржаной-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
Полдник						
338	Фрукты свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием		490	2,16	1,16	48,62	221,10
Ужин						
71	Овощи нагретые по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
14	Мясо сливочное (порция)	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(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	Хлеб ржаной-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	156,01	141,88	561,70	4063,61

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод- ды, г	Эл. ккал
9 день						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порции)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (порции)	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(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гр)	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(гр)	Кислитерские 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>						
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350/10	2,60	7,08	15,74	149,40
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	200	19,57	3,29	9,57	147,14
309	Макаронные изделия отварные с м/с	180	6,62	5,42	31,73	202,14
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сухих	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	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием		490	2,16	1,16	48,62	221,10
<i>Ужин</i>						
36	Салат "Школьные годы" (порция елки, салат б/л, помидоры)	150	2,25	15,15	6,60	172,50
389	Котлеты "Самарская вишневая"	110	23,76	20,02	8,36	308,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	250	4,81	9,43	33,31	250,00
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Итого за прием		845	40,98	46,03	119,49	1068,40
Итого за день		3510	126,03	119,81	465,64	3476,59

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углебо- ды, г	ЭЛ, ккал
	10 день					
	Завтрак					
14	Масло сливочное (попийки)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (попийки)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
326	Суджик творяное с м/с	160/5	23,89	14,14	25,61	330,0
182	Каши ячмкая молочная овсяная с м/с	250/10	9,68	15,88	42,43	352,86
573(пг)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(пг)	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
	Второй завтрак					
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
	Обед					
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	Рыбу из овощей и мяса	350	23,80	23,80	23,80	404,60
573(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	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
	Полдник					
338	Плоды свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	2,16	1,16	48,62	221,10
	Ужин					
52	Икра овощная	150	1,95	4,05	5,70	67,50
446	Виточки рубленные 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(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	Итого за прием	775	35,81	22,74	135,70	893,80
	Итого за день	3500	143,34	123,68	513,45	3774,31

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Безжи, г		Жиры, г		Углебо- ды, г	Эл. ккал
			на пор	на пор	на пор	на пор		
11	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		
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(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(гр)	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		
	Второй завтрак							
58(гр)	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		
	Обед							
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00		
96	Рассольник ленинградский со сметаной	350/10	3,01	7,33	18,27	164,88		
310	Шницель рыбный натуральный	150	22,00	2,00	10,60	148,00		
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75		
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90		
575(гр)	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		
	Полдник							
338	Плоды свежие	200	1,16	1,16	28,42	136,30		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
	Итого за прием	400	2,16	1,16	48,62	221,10		
	Ужин							
45	Салат из белокочанной капусты	150	1,97	4,87	9,70	90,60		
441	Чайкоблен	150	26,80	26,60	7,60	377,00		
171	Каша гречневая рассыпчатая	180	9,96	10,74	44,84	315,00		
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90		
575(гр)	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	137,19	113,79	497,31	3489,25		

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод- ды, г	ЭЦ, ккал
	12 День					
	<i>Завтрак</i>					
14	Место сливочное (порridge)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
3	Ветчина (порridge)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
223	Запеканка из творога с молоком стуч.	160/20	26,31	19,90	50,40	486,00
182	Каши жидкая молочная пшеница	250/10	9,30	14,51	45,87	352,86
573(гр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гр)	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	Винегреты с помидором	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>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	150	2,91	9,15	8,70	129,00
82	Борщи 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(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	Итого за прием	1145	46,67	54,57	159,06	1326,30
	<i>Полдник</i>					
338	Плоды свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	490	2,16	1,16	48,62	221,10
	<i>Ужин</i>					
21	Салат зеленый с огурцами и помидорами	150	1,50	15,15	3,60	157,50
14	Место сливочное (порridge)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,30
476	Картофель запеченный	250	6,83	25,17	56,00	476,67
573(гр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	Итого за прием	855	35,30	61,10	145,28	1270,37
	Итого за день	3595	146,08	172,80	558,32	4391,28

Сезон: Осенний; Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Веса, г всего	Жира, г всего	Углевод- ды, г	Эл. ккал
13 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	Макарониз отварные с сыром	200	13,54	15,92	34,11	334,40
121	Суп молочный с крушой (курица)	250	3,71	4,47	7,68	89,00
573(пг)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(пг)	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
Второй завтрак						
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
Обед						
70	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	350	3,40	8,33	11,06	133,00
372	Шиншени припущенные из птицы	110	22,00	19,80	11,79	312,71
139	Картофель тушеный	250	5,10	9,20	19,73	192,50
573(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
461	Чай каркаде	200	0,00	0,01	14,00	56,00
Итого за прием		1195	41,56	38,82	120,84	1007,11
Полдник						
338	Плоды свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием		490	2,16	1,16	48,62	221,10
Ужин						
14	Салат из свежих овощей	150	1,05	9,00	2,70	96,00
333	Рыба запеченная	150	24,30	22,20	0,66	324,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	250	4,81	9,43	33,31	250,00
573(пг)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(пг)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
Итого за прием		885	40,32	42,06	107,89	1007,90
Итого за день		3740	126,84	131,69	432,17	3474,91

Сезон: Осенний. Возрастная категория 12-18 лет сироты

№	Наименование блюда	Выдача, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углевод- ды, г	ЭЛ, ккал
14 день						
Завтрак						
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 запаренный	160	24,11	8,53	33,07	305,07
471	Молоко сухое	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(гпр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(гпр)	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
Второй завтрак						
541	Булочка вагелевая	100	8,83	7,83	48,00	298,33
386	Компоточный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
Итого за прием		300	14,83	8,83	56,00	363,33
Обед						
71	Овощи натуральные по сезону	150	1,20	0,15	2,55	15,00
119	Суп картофельный с рыбой	350	16,52	5,46	15,12	175,70
369	Гуляш	150	23,55	23,85	4,65	327,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	4,11	3,69	40,71	212,57
573(гпр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гпр)	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,40	0,65	19,90	99,00
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
Итого за прием		1165	55,34	34,58	137,15	1079,17
Полдник						
338	Плоды свежие	290	1,16	1,16	28,42	136,30
389	Сок фруктовый	200	0,60	0,40	32,60	136,40
Итого за прием		490	1,76	1,56	61,02	272,70
Ужин						
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	150	1,80	7,80	14,25	135,00
368	Супе из птицы	110	14,16	14,03	4,81	202,13
312	Пюре картофельное	250	5,11	8,00	34,07	228,75
573(гпр)	Хлеб пшеничный	85	6,46	0,68	41,82	198,90
575(гпр)	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		3590	150,18	120,85	523,83	3788,70
Среднее значение за 14 дней		140,62	132,07	497,31	3743,13	
Норма		130,00	133,00	498,00	3715,00	
Процент выполнения		108,17	99,30	99,86	100,76	