

Согласовано  
Директор ГБУ РК "Лозовская  
специальная школа - интернат"  
И.Е. Карлюга  
" 30 августа 2024г.



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Е.В. Евсюкова  
" 30 августа 2024г.



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

Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>1 день (понедельник)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,0
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,7
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
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>681</b>	<b>27,26</b>	<b>42,37</b>	<b>50,79</b>	<b>696,7</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,0
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,2
<b>Итого за прием</b>		<b>220</b>	<b>6,98</b>	<b>5,94</b>	<b>24,60</b>	<b>180,2</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
155	Суп Любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,0
496	Котлеты из филе птицы панированные	110	13,93	9,64	4,19	174,9
143	Рагу из овощей	200	3,37	20,93	16,38	270,5
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
338	Плоды свежие	300	1,20	1,20	29,40	141,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1270</b>	<b>34,24</b>	<b>35,55</b>	<b>147,53</b>	<b>1073,2</b>
<i>Полдник</i>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
399	Блинчики с молоком сгущ.	60/15	4,08	2,32	25,29	138,1
<b>Итого за прием</b>		<b>255</b>	<b>9,48</b>	<b>3,22</b>	<b>32,49</b>	<b>196,6</b>
<i>Ужин</i>						
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	100	1,20	10,10	2,00	104,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
310	Шницель рыбный натуральный	130	19,07	1,73	9,19	128,3
305	Рис припущенный	150	3,64	4,30	36,67	200,0
429	Маринад овощной с томатом	20	0,26	1,98	1,78	26,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>710</b>	<b>31,81</b>	<b>26,41</b>	<b>105,45</b>	<b>785,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3136</b>	<b>109,77</b>	<b>113,49</b>	<b>360,87</b>	<b>2932,1</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>2 день (вторник)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	120/15	19,73	14,93	37,80	364,5
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>690</b>	<b>32,40</b>	<b>33,85</b>	<b>86,53</b>	<b>782,5</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,0
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>7,57</b>	<b>6,41</b>	<b>32,10</b>	<b>216,8</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
82	Борщ с капустой и картофелем	250	2,03	5,02	13,44	117,0
373	Котлеты "Нежные"	100	18,60	12,40	6,30	212,0
125	Картофель отварной с маслом сливочным	200	3,85	7,54	26,65	200,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,0
338	Плоды свежие	300	1,20	1,20	29,40	141,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1260</b>	<b>34,81</b>	<b>27,35</b>	<b>145,35</b>	<b>995,0</b>
<i>Полдник</i>						
421	Сдоба обыкновенная (плюшка)	75	3,88	2,36	23,55	131,00
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>255</b>	<b>9,28</b>	<b>3,26</b>	<b>30,75</b>	<b>189,5</b>
<i>Ужин</i>						
95	Икра морковная	100	3,80	8,10	7,50	118,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
321	Мясо тушёное	140	22,40	21,00	7,00	306,60
203	Макаронные изделия отварные м м/с	150	5,46	5,79	30,46	195,7
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>700</b>	<b>40,78</b>	<b>43,22</b>	<b>115,65</b>	<b>1014,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3135</b>	<b>124,84</b>	<b>114,09</b>	<b>410,38</b>	<b>3197,9</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>3 день (среда)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,0
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	6,11	10,72	40,48	313,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>595</b>	<b>20,15</b>	<b>29,78</b>	<b>81,81</b>	<b>705,8</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
652	Бисквит солнечный	100	7,20	4,30	58,30	301,0
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>280</b>	<b>12,60</b>	<b>5,20</b>	<b>65,50</b>	<b>359,5</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
96	Рассольник ленинградский	250	2,09	5,09	12,69	114,5
429	Голубцы с мясом и рисом	300	20,71	19,74	18,39	334,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1210</b>	<b>33,64</b>	<b>27,01</b>	<b>127,84</b>	<b>904,6</b>
<i>Полдник</i>						
314	Сырники из творога с молоком сгущ.	100/20	22,20	16,20	13,92	295,2
459	Чай с лимоном	200/10/7	0,30	0,10	9,50	40,0
<b>Итого за прием</b>		<b>320</b>	<b>22,50</b>	<b>16,30</b>	<b>23,42</b>	<b>335,2</b>
<i>Ужин</i>						
30	Салат из свеклы с зеленым горошком	100	1,50	6,20	7,60	92,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
300	Рыба, запеченная в омлете	140	20,65	5,13	5,37	150,5
476	Картофель запеченный	200	5,47	20,13	44,80	381,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>760</b>	<b>35,94</b>	<b>39,90</b>	<b>117,56</b>	<b>970,8</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3165</b>	<b>124,83</b>	<b>118,19</b>	<b>416,12</b>	<b>3275,9</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>4 день (четверг)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
21	Салат из моркови	100	1,20	6,00	11,20	104,00
204	Макароны отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,1
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
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>545</b>	<b>19,74</b>	<b>31,60</b>	<b>76,33</b>	<b>669,1</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,4
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>220</b>	<b>7,76</b>	<b>2,78</b>	<b>37,20</b>	<b>204,9</b>
<i>Обед</i>						
44	Салат рыбный	100	5,00	3,30	6,30	75,0
88	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,77	4,95	7,90	89,8
436	Гуляш из филе куриного в молочном соусе	90/40	16,12	22,10	4,16	223,6
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	8,95	37,37	262,5
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,0
338	Фрукты свежие	300	1,20	1,20	29,40	141,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1240</b>	<b>40,52</b>	<b>41,68</b>	<b>147,89</b>	<b>1085,9</b>
<i>Полдник</i>						
285	Пудинг творожный запеченный	130	19,59	6,93	26,87	247,9
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,4
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>21,23</b>	<b>8,73</b>	<b>47,27</b>	<b>351,3</b>
<i>Ужин</i>						
45	Салат из капусты белокочанной	100	1,31	3,25	6,47	60,40
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	100	21,60	18,20	7,60	280,0
142	Картофель и овощи, тушеные в соусе	200	4,35	16,78	30,21	288,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>710</b>	<b>35,70</b>	<b>46,43</b>	<b>110,98</b>	<b>1002,4</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3065</b>	<b>124,95</b>	<b>131,23</b>	<b>419,67</b>	<b>3313,5</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>5 день (пятница)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
324	Пудинг из творога с яблоками	135	21,06	12,29	19,85	274,1
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,6
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>705</b>	<b>34,09</b>	<b>33,46</b>	<b>69,06</b>	<b>715,7</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>2,77</b>	<b>1,41</b>	<b>42,70</b>	<b>194,6</b>
<i>Обед</i>						
20	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	66,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,3
267	Шницель натуральный рубленый	110	19,02	39,37	9,05	468,9
312	Пюре картофельное	200	4,09	6,40	27,25	183,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,0
338	Фрукты свежие	300	1,20	1,20	29,40	141,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1270</b>	<b>39,18</b>	<b>59,44</b>	<b>155,04</b>	<b>1334,7</b>
<i>Полдник</i>						
547	Коржик молочный	60	2,80	4,90	24,80	154,0
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>240</b>	<b>8,20</b>	<b>5,80</b>	<b>32,00</b>	<b>212,5</b>
<i>Ужин</i>						
19	Салат из свежих помидоров и яблок	100	0,80	6,20	5,50	81,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,8
304	Рис отварной с маслом сливочным	150	3,65	5,37	36,68	209,7
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>735</b>	<b>29,22</b>	<b>22,75</b>	<b>106,37</b>	<b>746,7</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3180</b>	<b>113,46</b>	<b>122,86</b>	<b>405,17</b>	<b>3204,2</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>6 день (суббота)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,0
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,0
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,7
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,0
<b>Итого за прием</b>		<b>531</b>	<b>25,55</b>	<b>46,80</b>	<b>59,71</b>	<b>762,7</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
291	Яблоки, фаршированные творогом	150	7,60	3,30	25,30	161,0
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>10,90</b>	<b>6,20</b>	<b>39,10</b>	<b>255,0</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
118/109	Суп с клецками	250	5,60	4,80	10,18	115,0
269	Биточки (особые)	110	15,74	25,16	13,34	346,0
139	Капуста тушеная	200	4,08	7,36	15,78	154,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,2
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,0
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1230</b>	<b>36,32</b>	<b>39,59</b>	<b>138,28</b>	<b>1080,9</b>
<i>Полдник</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,4
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>220</b>	<b>7,76</b>	<b>2,78</b>	<b>37,20</b>	<b>204,9</b>
<i>Ужин</i>						
83	Салат "Свеколка"	100	8,00	10,10	15,20	184,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
411	Оладьи из печени по - кунцевски	110	22,66	15,62	20,90	314,6
125	Картофель отварной с маслом сливочным	200	3,85	7,54	26,65	200,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>720</b>	<b>42,95</b>	<b>41,46</b>	<b>129,46</b>	<b>1072,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3051</b>	<b>123,48</b>	<b>136,84</b>	<b>403,75</b>	<b>3376,1</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>7 день (воскресенье)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
204	Макароны отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,1
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
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>545</b>	<b>19,34</b>	<b>25,70</b>	<b>66,83</b>	<b>575,1</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,4
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>220</b>	<b>7,76</b>	<b>2,78</b>	<b>37,20</b>	<b>204,9</b>
<i>Обед</i>						
49	Салат витаминный	100	2,60	6,22	22,15	154,90
119	Суп картофельный с рыбой	250	11,80	3,90	10,80	125,5
370	Азу	250	22,25	25,00	22,13	402,5
573(ПР)	Хлеб пшеничный	80	6,08	0,64	39,36	187,2
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
477	Кисель из апельсинов	200	0,40	0,20	25,00	102,0
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1170</b>	<b>46,85</b>	<b>37,48</b>	<b>159,85</b>	<b>1168,8</b>
<i>Полдник</i>						
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	120/20	20,46	15,48	39,20	378,0
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>340</b>	<b>20,66</b>	<b>15,58</b>	<b>48,50</b>	<b>416,0</b>
<i>Ужин</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
310	Шницель рыбный натуральный	130	19,07	1,73	9,19	128,3
144	Рагу из овощей с кашей	200	5,16	16,72	36,57	323,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>740</b>	<b>33,47</b>	<b>26,76</b>	<b>114,17</b>	<b>836,1</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3015</b>	<b>128,07</b>	<b>108,30</b>	<b>426,55</b>	<b>3200,9</b>



## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>8 день (понедельник)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,0
181	Каша жидкая молочная из манной крупы	250	6,11	10,72	40,48	313,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>595</b>	<b>24,25</b>	<b>34,09</b>	<b>94,93</b>	<b>814,0</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
399	Блинчики с молоком сгущ.	60/15	4,08	2,32	25,29	138,1
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>275</b>	<b>4,28</b>	<b>2,42</b>	<b>34,59</b>	<b>176,1</b>
<i>Обед</i>						
26	Салат из свеклы отварной	100	1,40	6,10	7,60	91,0
117	Суп из овощей с фасолью	250	4,00	4,93	9,23	97,3
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,0
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1110</b>	<b>40,37</b>	<b>43,75</b>	<b>150,45</b>	<b>1162,3</b>
<i>Полдник</i>						
652	Бисквит солнечный	100	7,20	4,30	58,30	301,0
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>300</b>	<b>8,20</b>	<b>4,30</b>	<b>78,50</b>	<b>385,8</b>
<i>Ужин</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
347	Котлеты "Школьные"	110	16,83	12,10	14,63	234,3
476	Картофель запеченный	200	5,47	20,13	44,80	381,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>730</b>	<b>31,42</b>	<b>40,76</b>	<b>120,92</b>	<b>972,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3010</b>	<b>108,52</b>	<b>125,32</b>	<b>479,39</b>	<b>3510,8</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>9 день (вторник)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
18	Бутерброд горячий "Загорка"	60	6,50	6,88	14,88	146,3
182	Каша жидкая молочная овсяная	250	9,31	15,27	40,80	339,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
581(ПР)	Кондитерские изделия	40	2,36	1,88	30,00	146,4
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,0
<b>Итого за прием</b>		<b>675</b>	<b>28,77</b>	<b>38,70</b>	<b>144,72</b>	<b>1043,1</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
35	<del>Салат "Польнский"</del> <i>Салат овощной (пюре)</i>	<del>70</del>	<del>13,86</del>	<del>8,26</del>	<del>200,20</del>	<del>0,00</del>
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>270</b>	<b>14,06</b>	<b>8,36</b>	<b>209,50</b>	<b>38,0</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
116	Суп из овощей	250	2,00	4,53	6,33	74,0
368	Суфле из птицы	100	12,88	12,75	4,38	183,8
475	Картофельное пюре с морковью	200	3,87	9,60	24,67	201,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,0
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1160</b>	<b>28,48</b>	<b>28,96</b>	<b>118,13</b>	<b>852,1</b>
<i>Полдник</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>210</b>	<b>7,17</b>	<b>2,31</b>	<b>29,70</b>	<b>168,3</b>
<i>Ужин</i>						
35	Салат "Польнский"	100	1,1	10,10	3,70	110,00
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
374	Мясо в кисло - сладком соусе	140	23,38	24,50	10,92	358,40
205	Макаронные изделия отварные с овощами	180	7,83	10,80	32,67	259,2
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>730</b>	<b>40,75</b>	<b>53,60</b>	<b>114,00</b>	<b>1101,6</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3045</b>	<b>119,23</b>	<b>131,92</b>	<b>616,05</b>	<b>3203,1</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>10 день (среда)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
121	Суп молочный с крупой (овсянка)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
324	Пудинг из творога с яблоками	135	21,06	12,29	19,85	274,1
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,6
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>705</b>	<b>34,09</b>	<b>33,46</b>	<b>69,06</b>	<b>715,7</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>2,77</b>	<b>1,41</b>	<b>42,70</b>	<b>194,6</b>
<i>Обед</i>						
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	1,90	8,90	7,70	118,0
96	Рассольник ленинградский	250	2,09	5,09	12,69	114,5
233	Рыба, запеченная под молочным соусом	280	19,04	19,07	27,08	355,6
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,0
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1190</b>	<b>32,67</b>	<b>35,24</b>	<b>142,43</b>	<b>1032,6</b>
<i>Полдник</i>						
429	Булочка "Веснушка"	50	3,90	3,06	23,90	139,0
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>9,30</b>	<b>3,96</b>	<b>31,10</b>	<b>197,5</b>
<i>Ужин</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
322	Рагу из овощей и мяса	250	17,00	17,00	17,00	289,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>25,44</b>	<b>25,40</b>	<b>74,51</b>	<b>626,2</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3015</b>	<b>104,27</b>	<b>99,47</b>	<b>359,80</b>	<b>2766,6</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>11 день (четверг)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,0
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	250	3,71	4,47	7,68	89,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
<b>Итого за прием</b>		<b>615</b>	<b>19,29</b>	<b>23,74</b>	<b>58,11</b>	<b>526,2</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
404	Оладьи с творогом с молоком сгущ.	150/15	15,48	13,50	58,80	418,7
579	Чай с шиповником	200	0,40	0,10	18,40	77,0
<b>Итого за прием</b>		<b>365</b>	<b>15,88</b>	<b>13,60</b>	<b>77,20</b>	<b>495,7</b>
<i>Обед</i>						
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	100	1,20	10,10	2,00	104,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	5,49	5,27	16,54	148,3
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,0
311	Картофель в молоке	200	4,68	4,97	26,32	168,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,0
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1160</b>	<b>41,11</b>	<b>36,43</b>	<b>151,32</b>	<b>1116,1</b>
<i>Полдник</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,2
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,58</b>	<b>1,84</b>	<b>22,20</b>	<b>131,7</b>
<i>Ужин</i>						
40	Салат картофельный с морковью и зел. горошком	100	2,74	7,07	9,55	112,70
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
329	Бигус	250	22,50	16,63	6,50	266,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>33,68</b>	<b>31,89</b>	<b>82,76</b>	<b>753,0</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3000</b>	<b>116,54</b>	<b>107,50</b>	<b>391,58</b>	<b>3022,6</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>12 день (пятница)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,0
18	Бутерброд горячий "Загорка"	60	6,50	6,88	14,88	146,3
182	Каша жидкая молочная (рис)	250	6,07	12,76	39,61	298,8
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
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>625</b>	<b>22,29</b>	<b>34,18</b>	<b>100,45</b>	<b>797,5</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,0
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>3,37</b>	<b>2,71</b>	<b>34,00</b>	<b>173,8</b>
<i>Обед</i>						
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	100	1,94	6,10	5,80	86,0
101	Суп картофельный с крупой	250	1,97	2,71	12,11	85,8
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	110	23,76	20,02	8,36	308,0
476	Картофель запеченный	200	5,47	20,13	44,80	381,3
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,0
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,0
<b>Итого за прием</b>		<b>1170</b>	<b>42,08</b>	<b>50,95</b>	<b>153,43</b>	<b>1249,1</b>
<i>Полдник</i>						
614	Булочка "Ароматная"	75	5,85	7,20	45,30	270,00
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>255</b>	<b>11,25</b>	<b>8,10</b>	<b>52,50</b>	<b>328,5</b>
<i>Ужин</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	17,13	2,88	8,38	128,8
171	Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,41	7,51	37,56	243,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>745</b>	<b>33,46</b>	<b>18,81</b>	<b>118,32</b>	<b>776,3</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3025</b>	<b>112,45</b>	<b>114,75</b>	<b>458,71</b>	<b>3325,1</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>13 день (суббота)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
70	Овощи натуральные по сезону	70	0,56	0,07	1,19	7,0
204	Макароны отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,1
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
467	Напиток из цикория с молоком	200	4,50	3,70	18,10	124,0
<b>Итого за прием</b>		<b>525</b>	<b>24,06</b>	<b>29,35</b>	<b>79,84</b>	<b>679,5</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	30	1,77	1,41	22,50	109,8
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,0
<b>Итого за прием</b>		<b>230</b>	<b>7,57</b>	<b>6,41</b>	<b>32,10</b>	<b>216,8</b>
<i>Обед</i>						
26	Салат из свеклы отварной	100	1,40	6,10	7,60	91,0
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	2,43	5,95	7,90	95,0
395	Вареники с картофелем	235	25,18	6,45	46,29	344,2
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,6
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1160</b>	<b>39,40</b>	<b>22,83</b>	<b>157,33</b>	<b>999,2</b>
<i>Полдник</i>						
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/20	9,15	8,81	51,23	320,5
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>300</b>	<b>14,55</b>	<b>9,71</b>	<b>58,43</b>	<b>379,0</b>
<i>Ужин</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
265	Плов	250	27,48	28,15	43,37	536,7
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
457	Чай с сахаром	200/10	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>660</b>	<b>35,92</b>	<b>36,55</b>	<b>100,88</b>	<b>873,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>2415</b>	<b>121,50</b>	<b>104,86</b>	<b>428,58</b>	<b>3148,3</b>

## Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет сироты

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>14 день (воскресенье)</b>						
<i>Завтрак</i>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
3	Ветчина (порциями)	25	3,60	6,40	0,00	72,00
209	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	63,0
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы	250	10,82	15,46	41,88	351,2
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,0
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
<b>Итого за прием</b>		<b>615</b>	<b>26,30</b>	<b>34,73</b>	<b>92,11</b>	<b>786,4</b>
<i>Второй Завтрак</i>						
581(ПР)	Кондитерские изделия	20	1,18	0,94	15,00	73,2
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,5
<b>Итого за прием</b>		<b>200</b>	<b>6,58</b>	<b>1,84</b>	<b>22,20</b>	<b>131,7</b>
<i>Обед</i>						
71	Овощи натуральные по сезону	100	0,80	0,10	1,70	10,0
82	Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,92	10,93	103,8
376	Рагу из птицы	250	26,25	23,75	19,88	398,8
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,2
479	Кисель из ягод свежих	200	0,20	0,20	22,00	90,0
338	Плоды свежие	250	1,00	1,00	24,50	117,5
<b>Итого за прием</b>		<b>1160</b>	<b>38,09</b>	<b>31,05</b>	<b>129,37</b>	<b>963,0</b>
<i>Полдник</i>						
285	Пудинг творожный запеченный	130	19,59	6,93	26,87	247,9
471	Молоко сгущенное	20	1,44	1,70	11,10	65,4
459	Чай с лимоном	200/10/7	0,30	0,10	9,50	40,0
<b>Итого за прием</b>		<b>350</b>	<b>21,33</b>	<b>8,73</b>	<b>47,47</b>	<b>353,3</b>
<i>Ужин</i>						
44	Салат рыбный	100	5,00	3,30	6,30	75,0
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,0
333	Голубцы ленивые	250	31,00	10,00	10,00	432,5
411	Соус сметанный с томатом и луком	30	0,49	2,91	0,85	31,4
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	5,32	0,56	34,44	163,8
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,4
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,8
<b>Итого за прием</b>		<b>690</b>	<b>44,93</b>	<b>24,41</b>	<b>83,86</b>	<b>912,9</b>
<b>Итого за день</b>		<b>3015</b>	<b>137,23</b>	<b>100,77</b>	<b>375,00</b>	<b>3147,3</b>
<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>			<b>119,22</b>	<b>116,40</b>	<b>424,13</b>	<b>3187,45</b>
<i>Норма</i>			<b>111,70</b>	<b>118,80</b>	<b>424,00</b>	<b>3209,00</b>
<i>Процент выполняемости</i>			<b>106,73</b>	<b>97,98</b>	<b>100,03</b>	<b>99,33</b>