

**Согласовано**

**Директор ГБОУ РК "Симферопольская  
специальная школа - интернат №1"**

**г. Симферополь**

**Л.А. Бевз**

**"27" ноября 2025г.**

**1149102046610**

**Утверждаю**

**Директор  
ООО "Сбалансированное питание"**

**г. Симферополь**

**Ю.В. Евсюков**

**" 27" ноября 2025г.**

**Основное (организованное) циклическое меню для детей,  
находящихся на обучении в школах - интернатах СанПиН 2.3/2.4.3590-**

**20**

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>1 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м\с	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>596</b>	<b>25,44</b>	<b>41,34</b>	<b>75,30</b>	<b>776,10</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>210</b>	<b>3,76</b>	<b>3,15</b>	<b>23,45</b>	<b>46,66</b>
	<b>Обед</b>					
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленный паровой	90	18,00	12,21	0,00	182,57
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,89	5,66	19,99	150,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>33,09</b>	<b>25,72</b>	<b>102,71</b>	<b>783,37</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>390</b>	<b>4,29</b>	<b>1,37</b>	<b>65,50</b>	<b>294,20</b>
	<b>Ужин</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,0
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>26,88</b>	<b>7,95</b>	<b>80,82</b>	<b>501,21</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2856</b>	<b>99,45</b>	<b>80,53</b>	<b>355,78</b>	<b>2466,54</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>2 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
183	Каша жидккая молочная из гречневой крупы	200/5	8,87	12,68	34,34	287,98
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>585</b>	<b>30,33</b>	<b>33,80</b>	<b>100,09</b>	<b>825,78</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
399	Блинчики со сметаной	60/10	3,15	1,68	21,96	115,65
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>270</b>	<b>6,45</b>	<b>4,58</b>	<b>35,76</b>	<b>209,65</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной	200/5	1,66	4,11	11,02	95,94
265	Плов	240	20,19	27,02	41,63	515,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>785</b>	<b>28,42</b>	<b>32,10</b>	<b>101,71</b>	<b>841,44</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>380</b>	<b>4,14</b>	<b>1,32</b>	<b>63,40</b>	<b>284,60</b>
	<b>Ужин</b>					
45	Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,60	5,17	48,32
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>610</b>	<b>30,95</b>	<b>30,28</b>	<b>92,67</b>	<b>764,72</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2450</b>	<b>102,16</b>	<b>101,75</b>	<b>338,23</b>	<b>2706,59</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>3 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21	Салат из моркови припущеной	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204	Макароны отварные с сыром	125	8,46	9,95	21,32	209,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
121	Суп молочный с крупой (кукурузная)	200	2,97	3,57	6,14	71,2
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>675</b>	<b>20,04</b>	<b>28,83</b>	<b>80,14</b>	<b>572,66</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>210</b>	<b>0,89</b>	<b>0,57</b>	<b>17,00</b>	<b>76,60</b>
	<b>Обед</b>					
34	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
496	Котлеты из филе птицы панированные	90	11,39	7,88	3,43	143,10
143	Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>805</b>	<b>22,90</b>	<b>33,44</b>	<b>86,16</b>	<b>761,05</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
614	Булочка "Ароматная"	40	3,12	3,84	24,16	144,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>410</b>	<b>6,67</b>	<b>4,69</b>	<b>80,06</b>	<b>392,00</b>
	<b>Ужин</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	90/40	21,06	19,24	5,72	280,80
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	8,95	37,37	262,50
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>640</b>	<b>36,04</b>	<b>29,16</b>	<b>90,29</b>	<b>765,70</b>
	<b>Второй ужин</b>					
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>5,80</b>	<b>5,00</b>	<b>9,60</b>	<b>107,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2940</b>	<b>92,33</b>	<b>101,69</b>	<b>363,25</b>	<b>2675,01</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>4 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,0
141	Суп молочный с клёцками	200	4,30	5,82	10,84	113,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>595</b>	<b>29,07</b>	<b>28,38</b>	<b>61,62</b>	<b>620,80</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
541	Булочка ванильная	40	3,53	3,13	19,20	119,33
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>240</b>	<b>9,33</b>	<b>8,13</b>	<b>28,80</b>	<b>226,33</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
101	Суп картофельный с крупой	200	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,90	11,97	191,70
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>25,39</b>	<b>18,38</b>	<b>93,52</b>	<b>645,10</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>380</b>	<b>4,14</b>	<b>1,32</b>	<b>63,40</b>	<b>284,60</b>
	<b>Ужин</b>					
88	Винегрет овощной	80	1,12	8,08	5,28	98,40
441	Чахохбили	125	22,33	22,17	6,33	314,17
211	Каша яичневая с овощами	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>635</b>	<b>33,02</b>	<b>34,21</b>	<b>91,58</b>	<b>806,11</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2850</b>	<b>106,95</b>	<b>91,43</b>	<b>346,92</b>	<b>2647,94</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>5 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
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 жидккая молочная овсяная	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>580</b>	<b>24,86</b>	<b>41,05</b>	<b>72,31</b>	<b>758,66</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>210</b>	<b>3,89</b>	<b>3,37</b>	<b>21,30</b>	<b>130,60</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>36,27</b>	<b>34,79</b>	<b>115,55</b>	<b>929,40</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
611	Сдоба обыкновенная	40	2,96	1,76	21,68	114,40
	<b>Итого за прием</b>	<b>410</b>	<b>6,51</b>	<b>2,61</b>	<b>77,58</b>	<b>362,40</b>
	<b>Ужин</b>					
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	80	0,96	4,16	7,60	72,00
346	Котлеты "Золотая рыбка"	120	20,48	14,24	9,44	248,00
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>660</b>	<b>31,50</b>	<b>34,40</b>	<b>90,27</b>	<b>795,60</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2860</b>	<b>109,03</b>	<b>117,21</b>	<b>385,00</b>	<b>3041,66</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>6 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	120	18,08	6,40	24,80	228,80
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидккая молочная пшененная	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>30,51</b>	<b>26,97</b>	<b>101,64</b>	<b>771,86</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
401	Оладьи с молоком сгущенным	75/10	6,48	6,24	36,29	227,00
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>85</b>	<b>6,48</b>	<b>6,24</b>	<b>36,29</b>	<b>227,00</b>
	<b>Обед</b>					
86	Салат "Бурячок"	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овоцей 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	180	3,48	8,64	22,20	181,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	180	0,09	0,09	11,16	45,90
	<b>Итого за прием</b>	<b>825</b>	<b>33,85</b>	<b>33,63</b>	<b>102,89</b>	<b>850,18</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>390</b>	<b>4,29</b>	<b>1,37</b>	<b>65,50</b>	<b>294,20</b>
	<b>Ужин</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
374	Мясо в кисло - сладком соусе	125	20,88	21,88	9,75	320,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	2,32	7,53	16,46	145,71
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>635</b>	<b>29,88</b>	<b>30,37</b>	<b>73,41</b>	<b>688,11</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2735</b>	<b>111,01</b>	<b>98,21</b>	<b>322,23</b>	<b>2602,16</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>7 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
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 жидккая молочная рисовая	200/5	4,98	10,52	32,62	245,02
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>570</b>	<b>24,55</b>	<b>41,77</b>	<b>71,06</b>	<b>758,07</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
385	Молоко кипяченое	200	5,80	5,00	9,60	107,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>210</b>	<b>6,39</b>	<b>5,47</b>	<b>17,10</b>	<b>143,60</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
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	150	14,68	2,46	7,18	110,36
309	Макаронные изделия отварные с м/с	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>865</b>	<b>28,45</b>	<b>11,89</b>	<b>97,99</b>	<b>620,28</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>380</b>	<b>4,14</b>	<b>1,32</b>	<b>63,40</b>	<b>284,60</b>
	<b>Ужин</b>					
73	Салат овощной с яблоками и свеклой	80	1,20	0,13	5,20	26,67
389	Котлеты "Самарская аппетитка"	90	19,44	16,38	6,84	252,00
125	Картофель отварной с маслом сливочным	180	3,46	6,79	23,98	180,0
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>630</b>	<b>30,24</b>	<b>24,19</b>	<b>82,06</b>	<b>675,07</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2855</b>	<b>99,77</b>	<b>85,65</b>	<b>339,61</b>	<b>2546,62</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>8 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
326	Суфле творожное	120	17,37	10,29	18,63	240,0
182	Каша жидккая молочная овсяная с м\с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>32,41</b>	<b>35,09</b>	<b>84,23</b>	<b>786,01</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
614	Булочка "Ароматная"	40	3,12	3,84	24,16	144,00
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>240</b>	<b>6,42</b>	<b>6,74</b>	<b>37,96</b>	<b>238,00</b>
	<b>Обед</b>					
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
322	Рагу из овощей и мяса	240	16,32	16,32	16,32	277,44
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>27,69</b>	<b>26,31</b>	<b>83,03</b>	<b>689,64</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>380</b>	<b>4,14</b>	<b>1,32</b>	<b>63,40</b>	<b>284,60</b>
	<b>Ужин</b>					
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	80	1,52	7,12	6,16	94,40
446	Биточки рубленные из птицы (паровые)	90	15,66	8,82	9,90	183,60
462	Рис, припущеный с томатом	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>600</b>	<b>27,12</b>	<b>22,23</b>	<b>101,00</b>	<b>714,40</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2820</b>	<b>103,78</b>	<b>92,68</b>	<b>377,62</b>	<b>2777,65</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>9 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
230	Каша манная молочная жидккая с м\с	200/5	6,22	6,60	31,24	209,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>586</b>	<b>23,47</b>	<b>36,42</b>	<b>65,25</b>	<b>681,49</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	10,06
	<b>Итого за прием</b>	<b>210</b>	<b>3,76</b>	<b>3,15</b>	<b>23,45</b>	<b>46,66</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,40
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548	Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	180	0,09	0,00	26,46	106,20
	<b>Итого за прием</b>	<b>845</b>	<b>29,56</b>	<b>12,41</b>	<b>107,77</b>	<b>667,59</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	<b>Итого за прием</b>	<b>380</b>	<b>4,14</b>	<b>1,32</b>	<b>63,40</b>	<b>284,60</b>
	<b>Ужин</b>					
45	Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,60	5,17	48,32
441	Чахохбили	125	22,33	22,17	6,33	314,17
171	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,30	8,95	37,37	262,50
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>635</b>	<b>37,82</b>	<b>34,61</b>	<b>94,91</b>	<b>841,39</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2856</b>	<b>104,75</b>	<b>88,90</b>	<b>362,79</b>	<b>2586,73</b>

**Сезон: Зимний; Возрастная категория 7-11 лет**

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>10 день</b>					
	<b>Завтрак</b>					
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	17,54	13,27	33,60	324,00
182	Каша жидккая молочная пшененная	200/5	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>585</b>	<b>31,89</b>	<b>35,36</b>	<b>106,42</b>	<b>872,01</b>
	<b>Второй Завтрак</b>					
399	Блинчики со сметаной	60/10	3,15	1,68	21,96	115,65
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>0,20</b>	<b>0,10</b>	<b>9,30</b>	<b>38,00</b>
	<b>Обед</b>					
70	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>805</b>	<b>33,06</b>	<b>34,51</b>	<b>108,68</b>	<b>883,88</b>
	<b>Полдник</b>					
338	Плоды свежие	170	2,55	0,85	35,70	163,20
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
614	Булочка "Ароматная"	40	3,12	3,84	24,16	144,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>410</b>	<b>6,67</b>	<b>4,69</b>	<b>80,06</b>	<b>392,00</b>
	<b>Ужин</b>					
88	Винегрет овощной	80	1,12	8,08	5,28	98,40
347	Котлеты "Школьные"	90	16,83	12,10	14,63	234,30
476	Картофель запечённый	180	4,92	18,12	40,32	343,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>630</b>	<b>28,91</b>	<b>39,19</b>	<b>106,07</b>	<b>890,30</b>
	<b>Второй ужин</b>					
386	Кисломолочный напиток	200	6,00	1,00	8,00	65,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>200</b>	<b>6,00</b>	<b>1,00</b>	<b>8,00</b>	<b>65,00</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2830</b>	<b>106,73</b>	<b>114,85</b>	<b>418,53</b>	<b>3141,19</b>
	<b>Среднедневное значение за 10 дней</b>		<b>103,60</b>	<b>97,29</b>	<b>361,00</b>	<b>2719,21</b>
	<b>Норма</b>		<b>77,00</b>	<b>79,00</b>	<b>335,00</b>	<b>2350,0</b>
	<b>Процент выполнимости</b>		<b>134,54</b>	<b>123,15</b>	<b>107,76</b>	<b>115,71</b>