

Согласовано
заместитель директора по УВД ГБОУ РК
"Симферопольская специальная школа -
интернат №1"
г. Симферополь
Ю. В. Зеленская
2026г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО



"Сбалансированное питание"
г. Симферополь
Ю. В. Евсюков
2026г.

Основное (организованное) меню для детей, находящихся на обучении в
школах - интернатах, СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 3-6 лет

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 3-6 лет

№ рецепта	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	1 день					
	<i>Завтрак</i>					28,10
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
210	Омлет натуральный	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	150/5	5,54	8,65	27,35	210,36
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	501	17,12	33,67	52,21	581,30
	<i>Второй завтрак</i>					5,46
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
581(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	Итого за прием	190	1,49	0,47	25,68	112,92
	<i>Обед</i>					29,78
71	Овощи натуральные	60	0,67	0,06	2,10	12,00
155	Суп Любительский	180	4,25	1,87	18,22	107,28
331	Бифштекс рубленый паровой	70	14,00	9,50	0,00	142,00
309	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	145,99
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
270	Напиток из плодов шиповника	180	0,77	0,72	18,68	79,20
	Итого за прием	680	28,80	16,70	88,62	616,07
	<i>Полдник</i>					11,85
292	Булочка сдобная	50	3,25	5,34	18,71	144,50
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	Итого за прием	250	6,42	8,02	34,66	245,10
	<i>Ужин</i>					18,60
27	Салат из свеклы и моркови	60	0,78	3,66	4,38	53,40
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,79	1,64	4,79	73,57
310	Картофель отварной	130	2,48	3,74	19,94	123,4
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,8
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,6
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	519	16,04	9,53	58,64	384,85
	<i>Второй ужин</i>					6,21
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
581(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	Итого за прием	190	5,81	4,97	15,06	128,40
	Итого за день	2330	75,66	73,35	274,86	2068,64

100,00

Сезон: Осеннее; 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>					21,84
279	Запеканка из творога с молоком сгущ.	90/10	15,90	7,70	15,00	194,00
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	150/5	6,71	9,59	25,97	217,74
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	464	24,24	17,51	62,53	506,65
	<i>Второй завтрак</i>					3,75
338	Плоды свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Итого за прием	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	<i>Обед</i>					35,15
71	Овощи натуральные	60	0,67	0,06	2,10	12,00
82	Борщ с капустой и картофелем	180	1,30	3,54	7,87	74,70
433	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
440	Плов из птицы	200	20,67	24,67	36,93	452,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
355	Кисель из кураги	180	0,80	0,05	29,48	139,14
	Итого за прием	685	27,88	29,70	103,24	815,32
	<i>Полдник</i>					11,44
401	Оладьи со сметаной	60/10	4,93	4,73	29,77	180,76
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	250	7,90	7,34	42,19	265,36
	<i>Ужин</i>					21,53
1	Салат из капусты белокочанной	60	0,87	3,60	5,04	56,40
411	Оладьи из печени по - кунцевски	70	14,42	9,94	13,30	200,20
171	Картофель, тушённый с луком и томатом	130	4,33	2,08	18,20	108,33
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	22,62	16,10	66,07	499,44
	<i>Второй ужин</i>					6,29
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	13,81	145,90
	Итого за день	2263	88,99	78,95	305,97	2319,62

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 3-6 лет

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
	3 день					
	<i>Завтрак</i>					21,51
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
204	Макароны отварные с сыром	100	6,77	7,96	17,06	167,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
172	Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	150	5,17	4,74	15,34	125,81
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	490	13,66	20,18	55,40	459,26
	<i>Второй завтрак</i>					6,11
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
580(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	1,29	3,06	24,43	130,42
	<i>Обед</i>					30,42
34	Салат из свеклы с чесноком	60	0,84	3,66	4,50	54,60
96	Рассольник ленинградский	180	1,51	3,67	9,14	82,44
433	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
372	Шницели припущенные из птицы	70	14,00	12,60	7,50	199,00
492	Рагу овощное (2-й вариант)	130	3,03	5,81	11,35	110,93
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494	Компот из плодов или ягод сушеных	180	0,27	0,01	15,75	64,80
	Итого за прием	685	24,09	27,12	75,10	649,25
	<i>Полдник</i>					11,02
410	Ватрушки с творогом	50	6,15	3,65	19,45	134,67
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	Итого за прием	250	9,31	6,33	35,40	235,27
	<i>Ужин</i>					23,89
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
403/513	Тефтели (2 вариант)	70/30	16,20	14,80	4,40	216,00
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	2,97	2,66	29,40	153,52
573(ПР)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	519	22,64	18,00	64,35	510,03
	<i>Второй ужин</i>					7,05
385	Молоко кипячёное	180	5,22	4,50	8,64	96,30
580(ПР)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	14,89	150,40
	Итого за день	2324	76,61	82,25	269,57	2134,63

100,00

Сезон: Осеннее; 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>					24,26
326	Суфле творожное	90	13,03	7,71	13,97	180,0
182	Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	150/5	5,54	8,65	27,35	210,36
573(гр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	454	20,20	16,58	62,88	485,27
	<i>Второй завтрак</i>					4,35
338	Фрукты свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Итого за прием	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	<i>Обед</i>					34,61
53	Салат "Витаминный"	60	0,72	3,12	5,70	54,00
101	Суп картофельный с крупой	180	1,97	2,71	12,11	85,75
333	Рыба запеченная	90	14,58	13,32	0,39	194,40
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	130	2,83	10,91	19,64	187,20
573(гр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих фруктов и ягод	180	0,09	0,09	9,99	41,40
	Итого за прием	700	24,51	30,78	74,53	692,35
	<i>Полдник</i>					10,01
399	Блинчики со сметаной	60/10	3,15	1,68	21,96	115,65
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	250	6,12	4,29	34,38	200,25
	<i>Ужин</i>					19,48
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
347	Котлеты "Школьные"	70	10,71	7,70	9,31	149,10
139	Капуста тушеная	130	2,65	4,78	10,26	100,10
573(гр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	16,83	13,02	50,11	389,71
	<i>Второй ужин</i>					7,29
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(гр)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	13,81	145,90
	Итого за день	2268	74,02	72,98	253,85	2000,43

100,00

Сезон: Осеннее; 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>					22,73
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
269	Омлет с зелёным горошком	125	8,33	12,50	4,00	161,67
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	150/5	5,77	9,47	25,29	210,36
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	509	18,14	32,39	50,99	568,93
	<i>Второй завтрак</i>					5,21
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	1,29	3,06	24,43	130,42
	<i>Обед</i>					34,59
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	3,95	3,79	11,91	106,74
265	Плов	200	16,83	37,56	34,52	544,00
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
270	Напиток из плодов шиповника	180	0,77	0,72	18,68	79,20
	Итого за прием	680	26,35	42,76	92,83	865,54
	<i>Полдник</i>					9,77
652	Бисквит "Солнечный"	50	3,60	2,15	29,15	150,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	250	6,90	5,05	42,95	244,50
	<i>Ужин</i>					21,87
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	60	0,72	6,06	1,20	62,40
420	Запеканка картофельная с субпродуктами	200	16,16	15,84	35,68	350,40
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	19,87	22,38	66,41	547,31
	<i>Второй ужин</i>					5,83
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	13,81	145,90
	Итого за день	2308	78,16	113,20	291,42	2502,60

100,00

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 3-6 лет

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	6 день					
	Завтрак					22,67
285	Пудинг творожный запеченный	90	13,56	4,80	18,60	171,60
471	Молоко сгущенное	10	0,72	0,85	5,55	32,70
182	Каша жидкая молочная пшенная с м/с	150/5	5,54	8,65	27,35	210,36
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	464	21,45	14,52	73,06	509,57
	Второй завтрак					3,87
338	Плоды свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Итого за прием	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Обед					35,69
86	Салат "Бурячок"	60	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей	180	1,44	3,26	4,55	53,28
267	Шницель натуральный рубленый	70	12,10	25,05	5,76	298,38
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95
573(п/р)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481	Кисель витаминный	180	0,20	0,20	24,80	102,00
	Итого за прием	680	22,92	39,50	88,33	802,21
	Полдник					10,46
292	Булочка сдобная	50	3,25	5,34	18,71	144,50
379	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,35	90,54
	Итого за прием	230	6,10	7,75	33,06	235,04
	Ужин					20,62
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
412/505	Фрикадельки в соусе	70/30	10,28	13,12	9,16	196,86
303	Каша вязкая гречневая	130	3,97	4,34	17,79	126,10
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	549	17,72	18,00	57,49	463,47
	Второй ужин					6,69
385	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	96,30
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	14,89	150,40
	Итого за день	2298	74,54	88,07	284,96	2247,63

100,00

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 3-6 лет

	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево-	ЭЦ, ккал
			всего	всего	ды, г	
	7 день					
	<i>Завтрак</i>					26,64
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
211	Омлет с сыром	100	11,95	19,62	1,70	231,67
232	Каша пшеничная молочная жидкая с м/с	150/5	5,64	5,02	27,42	177,38
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	474	19,30	32,11	50,81	569,96
	<i>Второй завтрак</i>					6,10
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
580(пр)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	1,29	3,06	24,43	130,42
	<i>Обед</i>					30,55
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
82	Борщ с капустой и картофелем	180	1,30	3,54	7,87	74,70
433	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
333	Рыба запеченная	90	14,58	13,32	0,39	194,40
462	Рис, припущенный с томатом	130	3,29	4,68	33,71	190,67
573(пр)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
461	Чай каркаде	180	0,00	0,01	12,60	50,40
	Итого за прием	705	24,09	22,99	82,46	653,64
	<i>Полдник</i>					10,04
535	Пирожки печёные из сдобного теста с повидлом	50	2,67	2,25	14,92	90,83
467	Напиток из цикория	200	4,50	3,70	18,10	124,00
	Итого за прием	250	7,17	5,95	33,02	214,83
	<i>Ужин</i>					21,40
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
394	Котлеты мясо-картофельные по-хлыновски	70	12,08	9,80	5,25	154,00
205	Макароны отварные с овощами	130	4,48	5,19	24,72	163,28
573(пр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	20,03	15,53	60,52	457,79
	<i>Второй ужин</i>					5,26
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50
580(пр)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,79	3,96	13,45	112,60
	Итого за день	2298	77,67	83,60	264,69	2139,24

Сезон: Осеннее; 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>					21,54
326	Суфле творожное	90	13,03	7,71	13,97	180,0
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	150/5	5,77	9,47	25,29	210,36
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с джемом	200/20	0,13	0,07	13,65	56,00
	Итого за прием	485	20,45	17,41	62,76	493,16
	<i>Второй завтрак</i>					3,80
338	Плоды свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Итого за прием	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	<i>Обед</i>					30,72
150	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	1,14	5,34	4,62	70,80
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	3,95	3,79	11,91	106,74
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	70	12,18	6,86	7,70	142,80
211	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	2,97	2,66	29,40	153,52
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
	Итого за прием	690	26,22	19,37	103,43	703,18
	<i>Полдник</i>					15,92
580(п/р)	Кондитерские изделия	50	1,95	15,30	31,25	270,50
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	250	5,25	18,20	45,05	364,50
	<i>Ужин</i>					21,45
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
420	Запеканка картофельная с субпродуктами	200	16,16	15,84	35,68	350,40
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	19,63	16,38	66,23	490,91
	<i>Второй ужин</i>					6,57
385	Молоко кипячёное	180	5,22	4,50	8,64	96,30
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	14,89	150,40
	Итого за день	2289	77,91	79,66	310,48	2289,10

100,00

Сезон: Осеннее; 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>					22,13
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
269	Омлет с зелёным горошком	125	8,33	12,50	4,00	161,67
230	Каша манная молочная жидкая с м/с	150/5	4,70	4,99	23,62	158,02
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	200/10	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	535	18,24	29,39	50,62	539,95
	<i>Второй завтрак</i>					5,35
389	Сок фруктовый	180	0,90	0,00	18,18	76,32
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	1,29	3,06	24,43	130,42
	<i>Обед</i>					37,34
116	Салат "Мечта"	60	3,30	8,58	8,82	125,40
96	Рассольник ленинградский	180	1,51	3,67	9,14	82,44
433	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
250	Бефстроганов	100	15,20	23,10	5,12	290,00
309	Макаронные изделия отварные	130	4,78	3,91	22,92	145,99
573(п/р)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р)	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
	Итого за прием	725	30,08	40,72	104,24	910,91
	<i>Полдник</i>					9,64
410	Ватрушки с творогом	50	6,15	3,65	19,45	134,67
379	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	Итого за прием	250	9,31	6,33	35,40	235,27
	<i>Ужин</i>					19,56
71	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
310	Шницель рыбный натуральный	90	13,20	1,20	6,36	88,80
476	Картофель запечённый	130	3,55	13,09	29,12	247,87
573(п/р)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	509	20,23	14,83	66,03	477,18
	<i>Второй ужин</i>					5,98
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(п/р)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	13,81	145,90
	Итого за день	2399	84,76	101,89	294,52	2439,61

Секция: Основание: Возрастная категория 3-6 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ЭН, ккал
			на 100 г	на 100 г	на 100 г	
	1й завтрак					
	<i>Завтрак</i>					21,43
223	Вареники из теста с яблоком стул.	90/10	14,61	11,06	28,00	270,00
172	Хлебные лепешечные или пшеничные с молоком	150	5,17	4,74	15,34	125,81
573(гр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	459	21,42	16,02	64,91	490,72
	<i>Второй завтрак</i>					3,80
338	Плоды свежие	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	Итого за прием	185	0,74	0,74	18,13	86,95
	<i>Обед</i>					36,12
71	Суповые натуральные	60	0,48	0,06	1,02	6,00
182	Борщ с капустой и картофелем	180	1,30	3,54	7,87	74,70
403	Сметана	5	0,12	0,75	0,16	7,88
265	Плов	200	16,83	37,56	34,52	544,00
573(гр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486	Компот из свежих плодов и ягод	180	0,09	0,09	9,99	41,40
	Итого за прием	695	23,89	42,71	85,18	826,98
	<i>Полдник</i>					10,01
292	Булочка сдобная	50	3,25	5,34	18,71	144,50
462	Какао с молоком	180	2,97	2,61	12,42	84,60
	Итого за прием	230	6,22	7,95	31,13	229,10
	<i>Ужин</i>					22,28
1	Салат из капусты белокочанной	60	0,87	3,60	5,04	56,40
411	Оладьи из печени по - кунцевски	70	14,42	9,94	13,30	200,20
312	Пюре картофельное	130	2,66	4,16	17,71	118,95
573(гр)	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	180/9	0,11	0,06	11,73	48,11
	Итого за прием	489	20,94	18,18	65,58	510,06
	<i>Второй ужин</i>					6,37
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,56	91,80
580(гр)	Кондитерские изделия	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	190	5,61	7,56	13,81	145,90
	Итого за день	2248	78,82	93,16	278,74	2289,70
						100,00
	<i>Среднедневное значение за 14 дней</i>		78,71	86,71	282,91	2243,12
	<i>Норма</i>		54,00	60,00	261,00	1800,00
	<i>Процент выполняемости</i>		145,77	144,52	108,39	124,62



КОПИЯ ВЕРНА

ООО "СБАЛАНСИРОВАННОЕ ПИТАНИЕ"

Директор

Ю.В. Евсюков