

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

УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО "Сбалансированное
питание"
г. Симферополь
Ю.В. Евсюков
"16" Октября 2026г.

Основное (организованное) меню для детей, находящихся на обучении в школах - интернатах, в классах дошкольного отделения СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет

Зон: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	1 день						
	<i>Завтрак</i>						27,82
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	15	2,32	2,95	0,00	36,00
210	Омлет натуральный	106	106	9,85	17,54	1,86	204,69
182	Каша жидкая молочная пшениная с м/с	200/5	205	7,33	11,44	36,17	278,21
573(гр)	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	586	586	22,59	39,67	68,99	724,76
	<i>Второй завтрак</i>						4,66
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
581(гр)	Кондитерские изделия	10	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	Итого за прием	210	210	1,59	0,47	27,70	121,40
	<i>Обед</i>						30,61
71	Овощи натуральные	80	80	0,90	0,08	2,80	16,00
155	Суп Любительский	200	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паровой	90	90	18,00	12,21	0,00	182,57
309	Макаронные изделия отварные	150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(гр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
270	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,86	0,80	20,76	88,00
	Итого за прием	820	820	37,35	20,64	116,63	797,42
	<i>Полдник</i>						10,52
292	Булочка сдобная	60	60	3,90	6,41	22,45	173,40
379	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60
	Итого за прием	260	260	7,07	9,09	38,40	274,00
	<i>Ужин</i>						21,07
27	Салат из свеклы и моркови	80	80	1,04	4,88	5,84	71,20
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	175	175	17,13	2,88	8,38	128,75
310	Картофель отварной	150	150	2,86	4,32	23,01	142,4
573(гр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,6
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,4
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	685	685	26,23	12,85	81,88	548,75
	<i>Второй ужин</i>						5,32
386	Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
581(гр)	Кондитерские изделия	10	10	0,59	0,47	7,50	36,60
	Итого за прием	210	210	6,39	5,47	15,90	138,60
	Итого за день	2771	2771	101,21	88,19	349,49	2604,93

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

	Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
	2 день						
	<i>Завтрак</i>						24,14
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
279	Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	120	19,08	9,24	18,00	232,80
183	Каша жидкая молочная из гречневой крупы с м/с	200/5	205	8,87	12,68	34,34	287,98
573(гр)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
	Итого за прием	595	595	31,80	29,74	88,22	750,03
	<i>Второй завтрак</i>						5,30
338	Плоды свежие	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
	Итого за прием	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
	<i>Обед</i>						33,06
71	Овощи натуральные	80	80	0,90	0,08	2,80	16,00
82	Борщ с капустой и картофелем	200	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	5	5	0,12	0,75	0,16	7,88
440	Плов из птицы	240	240	24,80	29,60	44,32	542,40
573(гр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
355	Кисель из кураги	200	200	0,89	0,06	32,75	154,60
	Итого за прием	825	825	35,51	35,38	135,16	1027,08
	<i>Полдник</i>						10,09
401	Оладьи со сметаной	75/10	85	5,99	5,74	36,15	219,50
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
	Итого за прием	285	285	9,29	8,64	49,95	313,50
	<i>Ужин</i>						22,38
1	Салат из капусты белокочанной	80	80	1,16	4,80	6,72	75,20
411	Оладьи из печени по - кунцевски	90	90	18,54	12,78	17,10	257,40
171	Картофель, тушённый с луком и томатом	150	150	5,00	2,40	21,00	125,00
573(гр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
	Итого за прием	590	590	30,78	20,69	96,64	695,40
	<i>Второй ужин</i>						5,02
386	Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(гр)	Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
	Итого за прием	210	210	6,19	8,06	14,65	156,10
	Итого за день	2855	2855	114,97	103,90	418,92	3106,61

Сезон: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
3 день						
Завтрак						23,44
14 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
21 Салат из моркови припущенной	80	80	0,96	4,80	8,96	83,20
204 Макароны отварные с сыром	100	100	6,77	7,96	17,06	167,20
573(гр) Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
172 Хлопья кукурузные или пшеничные с молоком	200	200	6,90	6,32	20,46	167,74
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	650	650	18,47	26,90	82,35	647,40
Второй завтрак						5,03
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(гр) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Обед						31,86
34 Салат из свеклы с чесноком	80	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96 Рассольник ленинградский	200	200	1,67	4,07	10,15	91,60
433 Сметана	5	5	0,12	0,75	0,16	7,88
372 Шницели припущенные из птицы	100	100	20,00	18,00	10,71	284,29
492 Рагу овощное (2-й вариант)	150	150	3,50	6,70	13,10	128,00
573(гр) Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
494 Компот из плодов или ягод сушеных	200	200	0,30	0,01	17,50	72,00
Итого за прием	835	835	34,07	35,36	104,01	879,76
Полдник						9,49
410 Ватрушки с творогом	60	60	7,38	4,38	23,34	161,60
379 Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60
Итого за прием	260	260	10,54	7,06	39,29	262,20
Ужин						24,35
71 Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
403/513 Тефтели (2 вариант)	90/40	130	21,06	19,24	5,72	280,80
211 Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(гр) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	640	640	30,33	23,17	85,66	672,40
Второй ужин						5,83
385 Молоко кипячёное	200	200	5,80	5,00	9,60	107,00
580(гр) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	6,19	8,06	15,85	161,10
Итого за день	2805	2805	101,00	103,61	353,61	2761,75

сезон: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
4 день						
Завтрак						26,75
14 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
326 Суфле творожное	120	120	17,37	10,29	18,63	240,0
182 Каша жидкая молочная пшенная с м/с	200/5	205	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР) Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	585	585	27,79	29,46	85,76	724,07
Второй завтрак						6,08
338 Плоды свежие	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Итого за прием	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Обед						32,33
53 Салат "Витаминный"	80	80	0,96	4,16	7,60	72,00
101 Суп картофельный с крупой	200	200	1,97	2,71	12,11	85,75
333 Рыба запеченная	140	140	22,68	20,72	0,61	302,40
142 Картофель и овощи, тушенные в соусе	150	150	3,26	12,59	22,66	216,00
573(ПР) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
486 Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Итого за прием	840	840	34,06	40,99	85,70	875,15
Полдник						8,66
399 Блинчики со сметаной	75/10	85	3,83	2,04	26,66	140,43
462 Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
Итого за прием	285	285	7,13	4,94	40,46	234,43
Ужин						20,43
71 Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
347 Котлеты "Школьные"	90	90	13,77	9,90	11,97	191,70
139 Капуста тушеная	150	150	3,06	5,52	11,84	115,50
573(ПР) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием	590	590	23,55	16,21	76,99	553,00
Второй ужин						5,77
386 Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(ПР) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	6,19	8,06	14,65	156,10
Итого за день	2860	2860	100,11	101,06	337,85	2707,25

Возраст: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда		Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
5 день							
Завтрак							22,76
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	15	2,32	2,95	0,00	36,00
269	Омлет с зелёным горошком	125	125	8,33	12,50	4,00	161,67
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/10	210	7,82	12,83	34,27	285,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием		620	620	22,32	36,10	74,15	711,92
Второй завтрак							4,44
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(ПР)	Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием		210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Обед							34,87
71	Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60
265	Плов	240	240	20,19	45,07	41,42	652,80
573(ПР)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
270	Напиток из плодов шиповника	200	200	0,86	0,80	20,76	88,00
Итого за прием		820	820	33,44	51,12	123,15	1090,60
Полдник							10,22
652	Бисквит "Солнечный"	75	75	5,40	3,23	43,73	225,75
462	Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
Итого за прием		275	275	8,70	6,13	57,53	319,75
Ужин							22,71
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	80	80	0,96	8,08	1,60	83,20
420	Запеканка картофельная с субпродуктами	240	240	19,39	19,01	42,82	420,48
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием		600	600	25,56	27,86	89,07	710,13
Второй ужин							4,99
386	Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(ПР)	Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием		210	210	6,19	8,06	14,65	156,10
Итого за день		2735	2735	97,60	132,32	384,99	3127,41

Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
6 день						
Завтрак						25,68
54 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285 Пудинг творожный запеченный	105	105	15,82	5,60	21,70	200,20
471 Молоко сгущенное	15	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182 Каша жидкая молочная пшеничная с м/с	200/5	205	7,33	11,44	36,17	278,21
573(ПР) Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	585	585	27,32	26,05	97,15	733,32
Второй завтрак						5,76
338 Плоды свежие	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Итого за прием	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Обед						35,20
86 Салат "Бурячок"	80	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116 Суп из овощей	200	200	1,60	3,62	5,06	59,20
267 Шницель натуральный рубленный	90	90	15,56	32,21	7,40	383,63
312 Пюре картофельное	150	150	3,06	4,80	20,44	137,25
573(ПР) Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
481 Кисель витаминный	200	200	0,20	0,20	24,80	102,00
Итого за прием	820	820	29,98	47,98	112,88	1005,28
Полдник						8,58
292 Булочка сдобная	50	50	3,25	5,34	18,71	144,50
379 Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60
Итого за прием	250	250	6,42	8,02	34,66	245,10
Ужин						19,91
71 Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
412/505 Фрикадельки в соусе	90/40	130	10,28	13,12	9,16	196,86
303 Каша вязкая гречневая	150	150	4,58	5,01	20,52	145,50
573(ПР) Хлеб пшеничный	45	45	3,42	0,36	22,14	105,30
575(ПР) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	645	645	21,08	19,03	78,15	568,51
Второй ужин						4,86
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(ПР) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Итого за день	2860	2860	87,58	105,54	383,59	2855,61

док: Оренное; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда		Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
				всего	всего		
7 день							
Завтрак							26,66
14	Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
311	Сметан с сыром	110	110	13,15	21,58	1,87	254,83
312	Каша пшеничная молочная жидкая с м/с	200/10	210	7,64	6,80	37,14	240,32
573(гр)	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием		590	590	24,63	36,20	74,89	724,41
Второй завтрак							5,11
389	Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(гр)	Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием		210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Обед							33,15
71	Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82	Борщ с капустой и картофелем	200	200	1,44	3,94	8,75	83,00
433	Сметана	5	5	0,12	0,75	0,16	7,88
333	Рыба запеченная	140	140	22,68	20,72	0,61	302,40
462	Рис, припущенный с томатом	150	150	3,80	5,40	38,90	220,00
573(гр)	Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
461	Чай каркаде	200	200	0,00	0,01	14,00	56,00
Итого за прием		875	875	36,04	31,85	110,16	900,48
Полдник							8,58
535	Пирожки печёные из сдобного теста с повидлом	60	60	3,20	2,70	17,90	109,00
467	Напиток из цикория	200	200	4,50	3,70	18,10	124,00
Итого за прием		260	260	7,70	6,40	36,00	233,00
Ужин							22,12
71	Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
394	Котлеты мясо- картофельные по- хлыновски	90	90	15,53	12,60	6,75	198,00
205	Макароны отварные с овощами	150	150	5,17	5,99	28,52	188,40
573(гр)	Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261	Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием		600	600	26,54	19,44	81,28	600,85
Второй ужин							4,38
386	Кисломолочный напиток	200	200	6,00	1,00	8,00	65,00
580(гр)	Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием		210	210	6,39	4,06	14,25	119,10
Итого за день		2745	2745	102,69	101,01	343,04	2716,74

ВЗРОСЛ: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
В день						
<i>Завтрак</i>						25,09
104 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
326 Суфле творожное	120	120	17,37	10,29	18,63	240,0
182 Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/10	210	7,82	12,83	34,27	285,00
573(гр) Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261 Чай с джемом	200/20	220	0,13	0,07	13,65	56,00
Итого за прием	610	610	29,04	30,94	89,40	756,80
<i>Второй завтрак</i>						5,45
338 Плоды свежие	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Итого за прием	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
<i>Обед</i>						29,91
150 Икра кабачковая (промышленного производства)	80	80	1,52	7,12	6,16	94,40
102 Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60
446 Биточки рубленые из птицы (паровые)	100	100	17,40	9,80	11,00	204,00
211 Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	150	3,43	3,07	33,93	177,14
573(гр) Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием	830	830	35,10	25,16	130,90	902,14
<i>Полдник</i>						13,88
580(гр) Кондитерские изделия	60	60	2,34	18,36	37,50	324,60
462 Какао с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
Итого за прием	260	260	5,64	21,26	51,30	418,60
<i>Ужин</i>						21,05
71 Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
420 Запеканка картофельная с субпродуктами	240	240	19,39	19,01	42,82	420,48
573(гр) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	600	600	25,24	19,86	88,83	634,93
<i>Второй ужин</i>						4,61
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(гр) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Итого за день	2860	2860	97,81	101,68	421,17	3015,88

Меню: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
В день						
Завтрак						21,99
104 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
115 Сыр (порциями)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
269 Омлет с зелёным горошком	125	125	8,33	12,50	4,00	161,67
230 Каша манная молочная жидкая с м/с	200/10	210	6,37	6,76	32,00	214,10
573(п/р) Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	46,80
575(п/р) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	610	610	21,27	31,42	66,96	635,62
Второй завтрак						4,81
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
580(п/р) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	1,39	3,06	26,45	138,90
Обед						36,63
116 Салат "Мечта"	80	80	4,40	11,44	11,76	167,20
96 Рассольник ленинградский	200	200	1,67	4,07	10,15	91,60
250 Бефстроганов	100	100	15,20	23,10	5,12	290,00
309 Макароны изделия отварные	150	150	5,52	4,52	26,45	168,45
573(п/р) Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(п/р) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
548 Кисель из свежих плодов или ягод свежих (или замороженных)	200	200	0,10	0,00	29,40	118,00
Итого за прием	830	830	34,25	44,08	129,26	1058,45
Полдник						9,07
410 Ватрушки с творогом	60	60	7,38	4,38	23,34	161,60
379 Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60
Итого за прием	260	260	10,54	7,06	39,29	262,20
Ужин						22,10
71 Овощи натуральные	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
310 Шницель рыбный натуральный	140	140	20,53	1,87	9,89	138,13
476 Картофель запечённый	150	150	4,10	15,10	33,60	286,00
573(п/р) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(п/р) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
261 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	650	650	30,48	17,82	89,50	638,59
Второй ужин						5,40
386 Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(п/р) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	6,19	8,06	14,65	156,10
Итого за день	2770	2770	104,12	111,51	366,11	2889,86

ЗОН: Осеннее; Возрастная категория 7-11 лет дошкольное отделение

Наименование блюда	Выход, г	Выход, г	Белки, г всего	Жиры, г всего	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
10 день						
Застрак						25,07
104 Масло сливочное (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66,00
105 Сыр (порциями)	15	15	3,48	4,43	0,00	54,00
109 Запеканка из творога с молоком сгущ.	105/15	120	17,54	13,27	33,60	324,00
112 Хлебцы кукурузные или пшеничные с молоком	200	200	6,90	6,32	20,46	167,74
573(гр) Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	20	20	1,36	0,26	7,96	39,60
200 Чай с сахаром	200/10	210	0,12	0,07	13,03	53,45
Итого за прием	605	605	31,76	31,83	89,94	775,00
Второй завтрак						5,32
118 Печенье песочное	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Итого за прием	350	350	1,40	1,40	34,30	164,50
Обед						33,02
71 Салат натуральный	80	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82 Борщ с капустой и картофелем	200	200	1,44	3,94	8,75	83,00
403 Сметана	5	5	0,12	0,75	0,16	7,88
205 Пюре	240	240	20,19	45,07	41,42	652,80
573(гр) Хлеб пшеничный	70	70	5,32	0,56	34,44	163,80
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
406 Компот из свежих плодов и ягод	200	200	0,10	0,10	11,10	46,00
Итого за прием	825	825	29,85	50,89	109,17	1020,88
Полдник						8,65
292 Булочки слоеные	60	60	3,90	6,41	22,45	173,40
462 Кисель с молоком	200	200	3,30	2,90	13,80	94,00
Итого за прием	260	260	7,20	9,31	36,25	267,40
Ужин						22,89
1 Салат из капусты белокачанной	80	80	1,16	4,80	6,72	75,20
411 Оладьи из печени по - кунцевски	90	90	18,54	12,78	17,10	257,40
312 Пюре картофельное	150	150	3,06	4,80	20,44	137,25
573(гр) Хлеб пшеничный	40	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(гр) Хлеб ржано-пшеничный	30	30	2,04	0,39	11,94	59,40
389 Сок фруктовый	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80
Итого за прием	590	590	28,84	23,09	96,08	707,65
Второй ужин						5,05
386 Кисломолочный напиток	200	200	5,80	5,00	8,40	102,00
580(гр) Кондитерские изделия	10	10	0,39	3,06	6,25	54,10
Итого за прием	210	210	6,19	8,06	14,65	156,10
Итого за день	2840	2840	105,25	124,58	380,39	3091,52

Среднедневное значение за 14 дней			101,23	107,34	373,92	2887,76
Норма			77,00	79,00	335,00	2417,14
Процент выполняемости			131,47	135,87	111,62	119,47

