

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель главы администрации-
на начальнии управления образования,
культуры и спорта Кировского муниципального округа СК

Апрель 2026г.

Директор МБОУ "СШ №18" п. Фазанный (Крышкина О.И.)

Рациональное питание (завтрак, обед) для обеспечения питанием детей 7-11 лет в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием в 2026г.

Перспективное десятидневное меню

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СШ №1 г. Новопапловска"

Апрель 2026г.

Мельниченко И.А.)

СОГЛАСОВАНО:

и.о. директора МБОУ "СОШ №4" ст. Зольская

Апрель 2026г.

(Горлов Э.Ю.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №8" с. Горнозаводского

Апрель 2026г.

(Жулинова В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ "СОШ №18" п. Фазанный

Апрель 2026г.

(Крышкина О.И.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБУ ДО КМО СК "СШ" (Д.Н. Захаров)

Апрель 2026г.

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Новопапловская СОШ №2"

Апрель 2026г.

(Киндюк А.Г.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №5" ст. Марьяинский

Апрель 2026г.

(Масюкова Т.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №10" с. Орловский

Апрель 2026г.

(Сердюк В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "Новопапловская СОШ №33"

Апрель 2026г.

(Кудрявцева Е.П.)

Утверждаю:

директор ООО "НВ - Групп"

Апрель 2026г.

(Синнер В.А.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №3" с. Советский

Апрель 2026г.

(Долганова И.И.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБОУ "СОШ №6" п. Комсомольский

Апрель 2026г.

(Леушина И.А.)

СОГЛАСОВАНО:

и.о. директора МБОУ "СОШ №13" г. Новопапловска

Апрель 2026г.

(Авещинкова С.В.)

СОГЛАСОВАНО:

Директор МБУ ДО КМО СК "ДДТ"

Апрель 2026г.

(В.А. Совершеннова)

Примерное 10-дневное меню рационов питания (завтрак, обед) рационов питания детей и подростков в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием для детей с 7 до 11 лет включительно в 2026году.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Вес блюда	Пищевые вещества (г.)			Энергетиче-ская ценность (ккал)	№ рецепт	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Белки	Жиры	Углевод			В1	С	А	Са	Р	Mg	Fe	
Неделя 1 День 1																
Завтрак:	Каша вязкая молочная (из овсяной круплы "Геркулес" с маслом сливочным и сахаром)	180/5/5	190	5,66	8,95	32,46	233,18	№173 сб. 2017г.	0,12	0,65	37,37	102,22	160,22	48,29	1,20	
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож. Г.Сб ДОУ.2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33	
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3	
	Чай	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28	
	Фрукты свежие (яблоко)	шт.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64	
Итого за завтрак:		555	555	15,45	18,54	73,98	528,08		0,34	12,89	115,37	164,92	326,22	70,99	4,75	
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87	
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	200	1,42	3,96	6,32	71,80	№88 сб. 2017г	0,05	12,62	0,00	39,40	39,20	17,70	0,66	
	Котлеты, биточки, шницели рубленные (говядина)	90	90	13,50	19,80	11,72	281,46	№634 сб. 2022г.	0,06	0,28	36,66	35,30	154,48	45,64	2,30	
	Каша рассыпчатая (пшеничная) с маслом сливочным	150/5	155	6,32	4,51	38,85	221,25	№302 сб. 2017г.	0,13	0,00	0,00	24,04	158,89	34,22	2,69	
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож. Г.Сб ДОУ.2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22	
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож. Г.Сб ДОУ.2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17	
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70	
Итого за обед:		765	765	26,00	28,94	111,14	819,71		0,41	19,28	36,66	167,92	425,18	135,51	8,62	
Итого за 1день:		1320	1320	41,46	47,48	185,12	1347,79		0,75	32,18	152,03	332,84	751,40	206,50	13,37	
Неделя 1 День 2																
Завтрак:	Икра свекольная	60	60	1,42	0,06	13,72	111,18	№75 сб. 2017г.	0,02	3,4	0	35,53	36,55	18,09	1,02	
	Шницель рубленый куриный	90	90	12,52	24,06	12,65	317,46	№622 сб. 2022г.	0,08	0,86	74,78	45,44	79,80	17,02	1,16	
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	155	5,64	5,98	31,47	202,24	№203 сб. 2017г.	0,06	0,00	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84	
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож. Г.Сб ДОУ.2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33	
	Чай с лимоном	200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00	№377 сб. 2017г.	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36	
Итого за завтрак:		542,00	542,00	21,99	30,36	87,80	763,38		0,19	7,09	104,30	113,72	159,57	45,92	3,71	
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87	
	Суп-лапша домашняя	200	200	2,06	4,43	9,30	92,60	№113 сб. 2017г.	0,04	0,40	10,00	22,84	30,80	8,54	0,52	

	Рыба запеченная	90	90	12,50	12,10	3,60	173,45	№444 сб. 2022г.	0,10	1,28	40,09	35,12	154,72	34,85	0,69
	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150/5	155	2,98	5,85	20,65	155,00	№125 сб. 2017г.	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30,00	1,21
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		765,00	765,00	21,81	23,12	83,67	648,05		0,47	29,52	79,61	129,00	321,45	99,02	5,63
Итого за 2 день:		1307,00	1307,00	43,80	53,48	171,46	1411,43		0,66	36,61	183,91	242,72	481,02	144,94	9,34
Неделя 1															
День 3															
Завтрак:	Запеканка из творога с яблоками (с молоком ступенным)	200/20	220	24,84	18,79	47,60	459,00	№428 сб. 2022г.	0,10	0,80	110,50	332,49	365,76	45,14	1,09
	Хлеб пшеничный	60	60	4,56	0,48	29,52	141,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,06	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,66
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 сб. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Вафли (1 шт в инд. упаковке)	шт	22,5	4,00	6,50	33,50	210,00		0,04	0,00	9,00	12,00	0,00	0,00	1,35
Итого за завтрак:		502,50	502,50	36,57	28,45	126,57	910,60		0,24	2,10	139,50	476,27	455,76	59,14	3,23
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с бобовыми (горохом лушеным)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60	№102 сб. 2017г.	0,18	4,66	0,00	34,14	70,48	28,46	1,64
	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 сб. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 сб. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
Итого за обед:		760,00	760,00	30,43	15,54	118,61	749,40		0,54	20,55	33,60	136,61	365,35	120,93	6,33
Итого за 3 день:		1262,50	1262,50	67,00	43,99	245,18	1660,00		0,78	22,65	173,10	612,89	821,11	180,08	9,56
Неделя 1															
День 4															
Завтрак:	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5/5	190	5,61	5,96	28,19	188,60	№230 сб. 2021г.	0,07	1,25	36,28	123,45	110,46	18,41	0,42
	Яйца вареные	шт	40	5,08	4,6	0,28	63	№209 сб. 2017г.	0,03	0	100	22	76,8	4,8	1
	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.	0	0	40	3	3	0	0,02
	Хлеб пшеничный	60	60	4,56	0,48	29,52	141,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,06	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,66
	Чай	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
Итого за завтрак:		500,00	500,00	15,40	18,31	73,12	518,60		0,16	1,28	176,28	171,55	193,06	24,61	2,38
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№82 сб. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98

	Тфетели с рисом с соусом томатным	90/30	110	9,12	10,1	12,06	176,23	№545/671 сб. 2022г.	0,07	0,88	40,22	45,27	110,03	22,28	0,99
	1 вариант - Картофель отварной	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№128 сб. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	2 вариант - Картофельное пюре *														
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		789,00	789,00	18,53	24,17	93,64	683,05		0,44	34,19	91,89	197,28	316,25	109,44	5,99
Итого за 4 день:		1289,00	1289,00	33,93	42,48	166,76	1201,65		0,60	35,47	268,17	368,83	509,31	134,05	8,37
Неделя 1															
День 5															
Завтрак:	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 сб. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Макароны отварные с сыром	150/6/24	180	10,16	11,94	25,58	250,80	№204 сб. 2017г.	0,06	0,17	86,40	221,40	151,56	15,24	0,92
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50		0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Какао с молоком	200	200	4,08	3,54	17,58	118,60	№382 сб. 2017г.	0,06	1,59	24,40	152,22	124,56	21,34	0,48
	Кондитерское изделие (1 шт в инд упаковке)	шт	45	5,33	9,26	40,22	380,00	№377 сб. 2017г.	0,06	0,1	5,5	9	0,23	2,12	0,52
Итого за завтрак:		515,00	515,00	22,57	27,80	102,76	866,70		0,23	5,49	122,97	397,51	299,39	46,25	2,51
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп из овощей	200	200	1,27	3,99	7,32	76,20	№99 сб. 2017г.	0,06	8,30	0,00	27,88	39,42	16,60	0,62
	"Ёжики" куриные	90	90	18,90	15,44	5,30	235,50	№605 сб. 2022г.	0,25	0,00	40,50	29,55	110,85	16,95	1,14
	Каша рассыпчатая (гречневая) (с маслом сливочным)	150/5	155	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 сб. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		765,00	765,00	33,04	26,26	101,38	782,45		0,69	14,85	40,50	123,13	407,77	195,01	9,53
Итого за 5 день:		1280,00	1280,00	55,61	54,06	204,14	1649,15		0,92	20,34	163,47	520,64	707,16	241,26	12,04
Неделя 2															
День 6															
Завтрак:	Каша жидкая молочная (из рисовой крупы с маслом сливочным и сахаром)	180/5/5	190	4,10	8,60	35,10	235,60	№182 сб. 2017г.	0,04	0,95	46,97	105,20	111,80	24,39	0,40
	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	5	5	0,08	7,25	0,13	66	№14 сб. 2017г.	0	0	40	3	3	0	0,02
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.Сб ДОУ.2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28

	Печенье (1 шт в инд упаковке)	шт	30	4	6,5	33,5	210		0,04	0	9	12	0	0	1,35
Итого за завтрак:		500,00	500,00	17,49	31,46	98,49	750,10		0,26	1,19	173,97	163,70	267,60	36,29	2,68
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с фасолью и картофелем	200	200	2,85	4,10	11,34	102,20	№84 сб. 2017г.	0,08	5,36	0,00	43,34	79,60	27,56	1,38
	Рagu из птицы	90/150	240	17,57	14,61	20,85	285,26	№289 сб. 2017г.	0,12	16,05	28,80	39,21	189,39	49,37	2,51
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		760,00	760,00	25,19	19,37	86,43	632,66		0,38	27,79	28,80	151,73	341,60	114,88	6,86
Итого за 6 день:		1260,00	1260,00	42,68	50,83	184,92	1382,76		0,64	28,98	202,77	315,43	609,20	151,17	9,54
Неделя 2															
День 7															
Завтрак:	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 сб. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Омлет с отварным картофелем	175/5	180	12,42	15,48	12,78	241,2	№276 сб. 2021г.	0,14	8,1	223,2	104,4	221,44	30,6	2,43
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Соки фруктовые и ягодные	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389 сб. 2017г.	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Плоды свежие (яблоко)	шт.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
Итого за завтрак:		590,00	590,00	16,90	19,02	64,12	499,70		0,25	27,73	229,87	152,49	271,68	56,95	8,46
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с клецками	200	200	2,85	3,67	15,03	115,40	№108 сб. 2017г.	0,08	4,60	16,84	26,72	57,78	20,28	0,94
	Котлеты рубленные из птицы	90	90	12,52	24,06	12,65	317,46	№615 сб. 2022г.	0,08	0,86	74,78	45,44	79,80	17,02	1,16
	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	155	5,64	5,98	31,47	202,24	№203 сб. 2017г.	0,06	0,00	29,52	12,55	38,82	8,41	0,84
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		765,00	765,00	25,28	34,45	109,27	862,10		0,39	12,01	121,14	135,59	229,98	71,34	6,16
Итого за 7 день:		1355,00	1355,00	42,18	53,47	173,39	1361,80		0,64	39,74	351,01	288,08	501,66	128,29	14,62
Неделя 2															
День 8															
Завтрак:	Запеканка из макарон с творогом с маслом сливочным	200/10	210	13,70	4,90	40,80	262,00	№265 сб. 2021г.	0,12	0,40	50,00	160,00	199,00	25,00	1,60
	Хлеб пшеничный	60	60	4,56	0,48	29,52	141,00	Прилож Г,СБ ДОУ,2012г	0,06	0,00	0,00	12,00	0,00	0,00	0,66

	Чай с лимоном	200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00	№377 с6. 2017г.	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Кондитерское изделие (1 шт в инд упаковке)	шт	32	5,05	13,32	57,59	390,00	№377 с6. 2017г.	0,06	0,1	5,5	9	0,23	2,12	0,52
Итого за завтрак:		509,00	509,00	23,44	18,72	143,11	855,00		0,24	3,33	55,50	195,20	203,63	29,52	3,14
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 с6. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Супл картофельный с крупой (рисовой)	200	200	1,58	2,17	9,69	68,60	№101 с6. 2017г.	0,07	6,60	0,00	21,36	44,78	18,22	0,70
	Фрикадельки из бройлер-цыплят	90	90	11,72	16,25	6,62	219,28	№619 с6. 2022г.	0,04	1,74	49,42	43,58	74,26	12,54	0,90
	Каша рассыпчатая (пшениная) с маслом сливочным	150/5	155	6,32	4,51	38,85	221,25	№302 с6. 2017г.	0,13	0,00	0,00	24,04	158,89	34,22	2,69
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 с6. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
Итого за обед:		755,00	755,00	24,03	23,50	116,80	761,53		0,41	16,39	49,42	148,14	345,60	92,73	6,75
Итого за 8 день:		1264,00	1264,00	47,47	42,22	259,91	1636,53		0,65	19,72	104,92	343,34	549,23	122,25	9,89
Неделя 2 День 9															
Завтрак:	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 с6. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.Сб ДОУ,2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 с6. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
Итого за завтрак:		500,00	500,00	27,07	13,66	74,45	529,50		0,25	9,14	53,60	175,09	317,20	78,72	2,70
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 с6. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№82 с6. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98
	Биточки рыбные	90	90	10,70	12,56	13,08	207,82	№234 с6. 2017г.	0,06	0,82	40,42	53,15	137,48	21,26	1,08
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№126/ №128 с6. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.Сб ДОУ,2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.Сб ДОУ,2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Комлот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 с6. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		759,00	759,00	20,11	26,62	94,66	714,64		0,43	34,13	92,09	205,16	343,70	108,42	6,08
Итого за 9 день:		1259,00	1259,00	47,18	40,28	169,11	1244,14		0,68	43,27	145,69	380,25	660,90	187,14	8,78
Неделя 2 День 10															
Завтрак:	Супл молочный с макаронными изделиями	180/5	185	4,15	3,60	13,65	114,00	№120 с6. 2017г.	0,07	0,65	25,08	123,88	104,03	20,27	0,49
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 с6. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3

	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож. Г, СБ ДОУ, 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Фрукты свежие (яблоко)	шт	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
Итого за завтрак:		550,00	550,00	13,94	13,19	55,17	408,90		0,29	12,89	103,08	186,58	270,03	42,97	4,04
Обед:	Закуска: Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы) порционно	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Рассольник Ленинградский	200	200	1,62	4,07	9,58	85,80	№96 сб. 2017г.	0,07	6,70	0,00	23,32	45,38	19,34	0,74
	Котлеты "Школьные"	90	90	13,77	9,9	11,97	191,7	№347 сб. 2021г.	0,13	0	27	45	122,4	18,9	1,87
	Каша рассыпчатая (речневая) (с маслом сливочным)	150/5	155	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 сб. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож. Г, СБ ДОУ, 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож. Г, СБ ДОУ, 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		765,00	765,00	28,26	20,80	110,32	748,25		0,58	13,25	27,00	134,02	425,28	199,70	10,38
Итого за 10 дней:		1320,00	1315,00	42,19	33,99	165,49	1157,15		0,87	26,15	130,08	320,60	695,31	242,67	14,42
	Всего за 10 дней			463,49	462,28	1925,49	14052,39		7,17	305,10	1875,15	3725,61	6286,31	1738,34	109,93
	Итого за 1 день пищевых веществ:			46,35	46,23	192,55	1405,24		0,72	30,51	187,51	372,56	628,63	173,83	10,99

* - 1 вариант - Картофель отварной Применяется при отсутствии на пищеблоке противочной машины
2 вариан - Картофельное пюре Применяется при наличии на пищеблоке противочной машины

При составлении использовались:

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт г. Москва 2017 г. Под ред М.П. Мозилыный
Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г. под ред. А.Я. Перевалов