

Примерное меню для питания детей во время летнего лагеря (пришкольный лагерь, лагерь труда и отдыха) на 2025г.

№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
1 день													
Завтрак:													
173	Каша молочная вязкая пшенная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6	0,73	200/5	12,77	19,24	23,69	179,47	0,97
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			18,72	21,84	55,86	408,88	11,52		21,91	26,65	61,78	453,75	11,76
Обед:													
3	Салат из капусты белокочанной с яблоками (урожай 2025г)	60	0,72	3,72	3,60	51,00	11,76	100	1,20	6,20	6,00	85,00	19,60
101	Суп картофельный с гречневой крупой	200	3,12	11,25	13,7	132,86	7,3	250	3,9	14,06	17,13	166,08	9,13
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
347	Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом	60/30	13,77	9,9	11,97	191,7	0	70/30	15,3	11	13,3	213	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			33,72	35,79	137,25	799,56	19,79		37,91	42,98	147,82	947,18	29,46
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			60,44	61,55	243,07	1459,24	35,31		67,82	73,55	259,56	1651,73	45,22



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
2 день													
Завтрак													
223	Запеканка из творога с рисом с молочным соусом	150/20	10,58	5,57	40,98	255,92	0,148	180/20	12,6	6,49	48,86	303,72	0,168
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			16,78	17,41	93,82	625,85	1,48		18,80	18,33	101,70	673,65	1,50
Обед:													
71	Огурцы порционные (урожай 2025г.)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	100	0,7	0,1	1,9	11	3,5
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	10,05	6,72	12,32	151,80	12,62	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
239	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	60/30	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66	70/30	14,00	8,35	6,41	177,33	6,29
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			33,44	23,94	103,04	736,20	21,11		38,76	27,99	113,90	825,54	26,30
Полдник:													
ПР	Печенье Домашнее сдобное	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого полдник:			2,44	6,05	33,75	198,90	0,03		2,44	6,05	33,75	198,90	0,03
ИТОГО:			52,66	47,40	230,61	1560,95	22,62		60,00	52,37	249,35	1698,09	27,83



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
3 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	200/5	17,76	21,88	3,47	281,89	0,39
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			16,14	17,13	41,89	388,57	10,32		20,58	22,6	42,76	459,04	10,42
Обед:													
10	Салат из белокочанной капусты с кукурузой консервированной (урожай 2025г.)	60	1,3	3,8	4,8	61	11,73	100	2,2	6,3	8	102	19,55
113	Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6	0,4	250	4,82	12,45	25,8	204,5	0,5
289	Рагу из птицы	150/50	18,45	19,47	31,02	204,8	12,3	180/50	22,45	23,96	48,6	296,96	13,8
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			28,32	37,77	108,35	701,30	25,16		34,18	44,85	134,29	875,36	34,58
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
580	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
Итого полдник:			6,56	12,24	45,20	301,20	4,00		6,56	12,24	45,20	301,20	4,00
ИТОГО:			51,02	67,14	195,44	1391,07	39,48		61,32	79,69	222,25	1635,60	49,00



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
4 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	150/5	9,5	14,4	17,7	134,5	0,7	200/5	12,7	19,2	23,64	179,4	0,95
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		15,62	18,99	70,41	438,43	2,03		18,82	23,79	76,35	483,33	2,28	
Обед:													
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,58	10,72	22,54	147	8,54	250/10	1,98	13,4	28,18	183,75	10,68
171	Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,8	7,9	40,02	259,8	0	180/5	8,16	9,48	48,02	311,76	0
279	Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом	60/30	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49	70/30	9,94	11,05	12,59	189,33	0,54
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:		22,04	30,71	125,78	849,10	9,76		24,79	36,07	140,68	956,74	11,95	
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00	
ИТОГО:		45,66	53,62	246,15	1538,33	15,79		51,61	63,78	266,99	1690,87	18,23	



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
5 день													
Завтрак													
175	Каша молочная вязкая Дружба с маслом сливочным	150/5	8,63	14,52	16,50	154,00	0,73	200/5	11,51	19,36	22,00	205,33	0,97
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		14,14	18,65	45,99	347,28	0,85		17,02	23,49	51,49	398,61	1,09	
Обед:													
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	100	1,4	10,03	7,28	125,1	9,63
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	0,13	5,42	17,98	110,6	6,6	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,84	8,01	40,06	260	0	180/5	8,1	9,61	48,07	312	0
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:		19,10	27,59	118,52	768,23	13,22		20,95	34,56	133,93	897,92	18,72	
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:		2,25	2,94	29,82	154,50	0,00		2,25	2,94	29,82	154,50	0,00	
ИТОГО:		35,49	49,18	194,33	1270,01	14,07		40,22	60,99	215,24	1451,03	19,81	



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
6 день													
Завтрак													
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	4,66	5,01	8	151,9	0,89	200/5	6,21	6,68	10,67	202,53	1,19
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			12,06	10,75	58,41	434,55	1,59	760,00	13,61	12,42	61,08	485,18	1,89
Обед:													
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	10,05	6,72	12,32	151,80	12,62	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	60/30	8,22	6,78	11,38	139,86	0,22	70/30	9,13	7,53	12,64	155,40	0,24
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			28,64	23,14	107,51	709,86	13,57		33,19	27,07	118,23	792,61	16,75
Полдник:													
ПР	Батончики с джемом (черёмуха)	50	2,20	5,20	33,30	188,80	0,73	50	2,20	5,20	33,30	188,80	0,73
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого полдник:			2,27	5,22	48,30	248,80	0,76		2,27	5,22	48,30	248,80	0,76
ИТОГО:			42,97	39,11	214,22	1393,21	15,92		49,07	44,71	227,61	1526,59	19,40



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
7 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	200/5	17,76	21,88	3,47	281,89	0,39
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			16,14	17,13	41,89	388,57	10,32	630,00	20,58	22,60	42,76	459,04	10,42
Обед:													
3	Салат из капусты белокочанной с яблоками (урожай 2025г)	60	0,72	3,72	3,60	51,00	11,76	100	1,20	6,20	6,00	85,00	19,60
102	Суп картофельный с горохом	200	9,38	13,81	21,2	140,32	4,66	250	11,73	17,26	28,5	175,4	5,83
291	Плов из птицы	150/50	13,38	7,14	38,42	195,1	0	180/50	16,8	8,55	43,8	297,8	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			28,19	26,81	115,11	658,32	17,15		34,44	34,15	130,19	830,10	26,16
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			52,33	47,86	206,96	1297,69	31,47		63,02	60,67	222,91	1539,94	40,58



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
8 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	150/5	9,5	14,4	17,7	134,5	0,7	200/5	12,7	19,2	23,64	179,4	0,95
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			18,24	21,41	45,99	361,78	1,49	740,00	21,44	26,21	51,93	406,68	1,74
Обед:													
71	Помидоры порционные (урожай 2025г.)	60	0,66	0,12	2,28	13,2	10,5	100	1,1	0,2	3,8	22	17,5
113	Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6	0,4	250	4,82	12,45	25,8	204,5	0,5
290	Птица тушеная в соусе	50/50	11,94	10,12	3,51	153	2,09	50/50	11,94	10,12	3,51	153	2,09
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,84	8,01	40,06	260	0	180/5	8,1	9,61	48,07	312	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			27,42	31,27	110,78	788,90	13,02		30,08	33,04	125,47	890,60	20,12
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
580	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
Итого полдник:			1,56	12,24	32,50	246,40	0,00		1,56	12,24	32,50	246,40	0,00
ИТОГО:			47,22	64,92	189,27	1397,08	14,51		53,08	71,49	209,90	1543,68	21,86



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
9 день													
Завтрак													
175	Каша молочная вязкая Дружба с маслом сливочным	150/5	8,63	14,52	16,50	154,00	0,73	200/5	11,51	19,36	22,00	205,33	0,97
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			11,45	15,24	55,79	331,15	10,76		14,33	20,08	61,29	382,48	11,00
Обед:													
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,58	10,72	22,54	147	8,54	250/10	1,98	13,4	28,18	183,75	10,68
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
347	Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом	60/30	13,77	9,9	11,97	191,7	0	70/30	15,3	11	13,3	213	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			25,72	30,26	118,32	756,90	9,27		28,78	35,54	131,67	844,21	11,41
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			45,17	49,42	224,07	1338,85	24,03		51,11	59,54	242,92	1477,49	26,41



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
10 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая пшениная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6	0,73	200/5	12,77	19,24	23,69	179,47	0,97
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			12,08	22,00	47,39	330,75	0,76		15,27	26,81	53,31	375,62	1,00
Обед:													
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	100	1,4	10,03	7,28	125,1	9,63
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	0,13	5,42	17,98	110,6	6,6	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25
291	Плов из птицы	150/50	13,38	7,14	38,42	195,1	0	180/50	16,8	8,55	43,8	297,8	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			19,06	20,72	112,66	652,66	13,11		23,07	27,50	125,44	833,05	18,61
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:			2,25	2,94	29,82	154,50	0,00		2,25	2,94	29,82	154,50	0,00
ИТОГО:			33,39	45,66	189,87	1137,91	13,87		40,59	57,25	208,57	1363,17	19,61



№ репс	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
11 день													
Завтрак:													
173	Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	200/5	17,76	21,88	3,47	281,89	0,39
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			20,28	21,87	32,99	453,98	1,71		24,72	27,34	33,86	524,45	1,81
Обед:													
71	Огурцы порционные (урожай 2025г.)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	100	0,7	0,1	1,9	11	3,5
101	Суп картофельный с гречневой крупой	200	3,12	11,25	13,7	132,86	7,3	250	3,9	14,06	17,13	166,08	9,13
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
239	Тефтели рыбные с соусом сметанным с томатом	60/30	12,60	7,52	5,77	159,60	5,66	70/30	14,00	8,35	6,41	177,33	6,29
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			32,25	29,75	128,59	723,06	15,79		36,11	34,23	136,83	837,51	19,65
Полдник:													
ПР	Печенье Домашнее сдобное	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого полдник:			2,44	6,05	33,75	198,90	0,03		2,44	6,05	33,75	198,90	0,03
ИТОГО:			54,97	57,67	195,33	1375,94	17,53		63,27	67,62	204,44	1560,86	21,49



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
12 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	150/5	9,48	14,38	17,67	134,45	0,68	200/5	12,68	19,17	23,6	179,31	0,94
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			12,30	15,10	56,96	311,60	10,71		15,5	19,89	62,89	356,46	10,97
Обед:													
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2,49	4,08	22,54	141,8	6,7	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38
295	Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	60/30	10,13	11,43	11,97	191,52	0,67	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73	200	0,66	1,5	22,6	132,8	0,73
Итого обед:			22,99	25,15	118,32	751,52	8,10		25,87	28,94	131,66	837,51	9,85
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:			2,25	2,94	29,82	154,50	0,00		2,25	2,94	29,82	154,50	0,00
ИТОГО:			37,54	43,19	205,10	1217,62	18,81		43,62	51,77	224,37	1348,47	20,82



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
13 день													
Завтрак													
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	4,66	5,01	8	151,9	0,89	200/5	6,21	6,68	10,67	202,53	1,19
465	Кофейный напиток с молоком	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7	200	2,8	2,5	13,6	88	0,7
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:		12,81	11,73	65,85	476,05	1,59		14,36	13,40	68,52	526,68	1,89	
Обед:													
52	Салат из свеклы отварной	60	0,85	3,61	4,96	55,68	3,99	100	1,41	6,01	8,26	92,80	6,65
102	Суп картофельный с горохом	200	9,38	13,81	21,2	140,32	4,66	250	11,73	17,26	28,5	175,4	5,83
171	Каша пшенная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,8	7,9	40,02	259,8	0	180/5	8,16	9,48	48,02	311,76	0
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:		28,32	33,46	122,29	778,37	9,49		32,59	40,89	140,89	902,53	13,32	
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:		7,25	2,94	42,52	209,30	4,00		7,25	2,94	42,52	209,30	4,00	
ИТОГО:		48,38	48,13	230,66	1463,72	15,08		54,20	57,23	251,93	1638,51	19,21	



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
14 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	150/5	9,5	14,4	17,7	134,5	0,7	200/5	12,7	19,2	23,64	179,4	0,95
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			13,77	16,45	57,89	360,93	12,03		16,97	21,25	63,83	405,83	12,28
Обед:													
3	Салат из капусты белокочанной с яблоками (урожай 2025г)	60	0,72	3,72	3,60	51,00	11,76	100	1,20	6,20	6,00	85,00	19,60
113	Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6	0,4	250	4,82	12,45	25,8	204,5	0,5
290	Птица тушеная в соусе	50/50	11,94	10,12	3,51	153	2,09	50/50	11,94	10,12	3,51	153	2,09
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,84	8,01	40,06	260	0	180/5	8,1	9,61	48,07	312	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			27,48	34,87	112,10	826,70	14,28		30,18	39,04	127,67	953,60	22,22
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			49,25	55,24	219,95	1438,43	30,31		55,15	64,21	241,46	1610,23	38,50



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
15 день													
Завтрак													
175	Каша молочная вязкая Дружба с маслом сливочным	150/5	8,63	14,52	16,50	154,00	0,73	200/5	11,51	19,36	22,00	205,33	0,97
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0	10	0,08	7,25	0,13	66,00	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			11,13	22,09	46,12	350,15	0,76		14,01	26,93	51,62	401,48	1,00
Обед:													
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	10,05	6,72	12,32	151,80	12,62	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	60/30	8,22	6,78	11,38	139,86	0,22	70/30	9,13	7,53	12,64	155,40	0,24
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			28,64	23,14	107,51	709,86	13,57		33,19	27,07	118,23	792,61	16,75
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			3,00	3,92	37,26	196,00	0,00		3,00	3,92	37,26	196,00	0,00
ИТОГО:			42,77	49,15	190,89	1256,01	14,33		50,20	57,92	207,11	1390,09	17,75



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
16 день													
Завтрак:													
173	Каша молочная вязкая ячневая с маслом сливочным	150/5	9,48	14,38	17,67	134,45	0,68	200/5	12,68	19,17	23,6	179,31	0,94
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			12,30	15,10	56,96	311,60	10,71		15,50	19,89	62,89	356,46	10,97
Обед:													
71	Огурцы порционные (урожай 2025г.)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	100	0,7	0,1	1,9	11	3,5
102	Суп картофельный с горохом	200	9,38	13,81	21,2	140,32	4,66	250	11,73	17,26	28,5	175,4	5,83
291	Плов из птицы	150/50	13,38	7,14	38,42	195,1	0	180/50	16,8	8,55	43,8	297,8	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			27,89	23,15	112,65	613,92	7,49		33,94	28,05	126,09	756,10	10,06
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:			7,25	2,94	42,52	209,30	4,00		7,25	2,94	42,52	209,30	4,00
ИТОГО:			47,44	41,19	212,13	1134,82	22,20		56,69	50,88	231,50	1321,86	25,03



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
17 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая геркулесовая с маслом сливочным	150/5	13,32	16,41	2,60	211,42	0,29	200/5	17,76	21,88	3,47	281,89	0,39
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
580	Кондитерское изделие (вафли)	40	1,56	12,24	25	216,4	0	40	1,56	12,24	25	216,4	0
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			18,75	30,30	57,99	607,25	1,62		23,19	35,77	58,86	677,72	1,72
Обед:													
67	Винегрет овощной	60	0,84	6,02	4,37	75,06	5,78	100	1,4	10,03	7,28	125,1	9,63
113	Суп-лапша домашняя	200	3,86	12,36	20,64	163,6	0,4	250	4,82	12,45	25,8	204,5	0,5
171	Каша пшениная рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,8	7,9	40,02	259,8	0	180/5	8,16	9,48	48,02	311,76	0
295	Котлеты куриные с соусом сметанным с томатом	60/30	10,13	11,43	11,97	191,52	0,67	70/30	11,26	12,70	13,30	212,80	0,74
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			26,34	39,85	128,89	961,88	7,58		30,35	46,80	146,29	1126,06	11,60
Полдник:													
ПР	Печенье Домашнее сдобное	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0	30	2,37	6,03	18,75	138,9	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого полдник:			2,44	6,05	33,75	198,90	0,03		2,44	6,05	33,75	198,90	0,03
ИТОГО:			47,53	76,20	220,63	1768,03	9,23		55,98	88,62	238,90	2002,68	13,35



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
18 день													
Завтрак													
223	Запеканка из творога с рисом с молочным соусом	150/20	10,58	5,57	40,98	255,92	0,148	180/20	12,6	6,49	48,86	303,72	0,168
462	Какао с молоком	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7	200	3,3	2,9	13,8	94	0,7
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			16,63	9,17	79,07	467,07	10,85		18,65	10,09	86,95	514,87	10,87
Обед:													
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,58	10,72	22,54	147	8,54	250/10	1,98	13,4	28,18	183,75	10,68
243	Сосиски отварные с соусом сметанным с томатом	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11	50/50	6,58	6,00	4,22	50,67	0,11
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			18,53	26,36	110,57	615,87	9,38		20,06	30,54	122,59	681,88	11,52
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			3,00	3,92	37,26	196,00	0,00		3,00	3,92	37,26	196,00	0,00
ИТОГО:			38,16	39,45	226,90	1278,94	20,23		41,71	44,55	246,80	1392,75	22,39



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
19 день													
Завтрак													
173	Каша молочная вязкая пшеничная с маслом сливочным	150/5	9,5	14,4	17,7	134,5	0,7	200/5	12,7	19,2	23,64	179,4	0,95
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
	Вода бутыллированная	500						500					
Итого завтрак:			15,01	18,53	47,19	327,78	0,82		18,21	23,33	53,13	372,68	1,07
Обед:													
3	Салат из капусты белокочанной с яблоками (урожай 2025г)	60	0,72	3,72	3,60	51,00	11,76	100	1,20	6,20	6,00	85,00	19,60
103	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	0,13	5,42	17,98	110,6	6,6	250	0,16	6,78	22,47	138,25	8,25
171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	150/5	6,84	8,01	40,06	260	0	180/5	8,1	9,61	48,07	312	0
347	Котлеты Школьные с соусом сметанным с томатом	60/30	13,77	9,9	11,97	191,7	0	70/30	15,3	11	13,3	213	0
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			26,17	29,19	125,50	885,20	19,09		29,47	35,73	141,73	1020,15	28,58
Полдник:													
ПР	Батончики с джемом (черёмуха)	50	2,20	5,20	33,30	188,80	0,73	50	2,20	5,20	33,30	188,80	0,73
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого полдник:			2,27	5,22	48,30	248,80	0,76		2,27	5,22	48,30	248,80	0,76
ИТОГО:			43,45	52,94	220,99	1461,78	20,67		49,95	64,28	243,16	1641,63	30,41



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
20 день													
Завтрак													
181	Каша молочная манная с маслом сливочным	150/5	4,66	5,01	8	151,9	0,89	200/5	6,21	6,68	10,67	202,53	1,19
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
338	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
378	Чай с молоком	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33	200	1,52	1,35	15,9	109,28	1,33
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			8,93	7,06	48,19	378,33	12,22		10,48	8,73	50,86	428,96	12,52
Обед:													
88	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200/10	10,05	6,72	12,32	151,80	12,62	250/10	12,56	8,40	15,40	189,75	15,78
312	Пюре картофельное	150	11,4	8,78	56,09	152,1	0	180	12,8	9,58	59,5	211,2	0
234	Биточки рыбные с соусом сметанным с томатом	60/30	8,22	6,78	11,38	139,86	0,22	70/30	9,13	7,53	12,64	155,40	0,24
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
Итого обед:			33,79	22,94	124,08	642,86	12,87		38,61	26,17	131,83	755,45	16,05
Полдник:													
389	Сок фруктовый	200	5	0	20,2	84,8	4	200	5	0	20,2	84,8	4
582	Кондитерское изделие (печенье)	40	3	3,92	29,76	166	0	40	3	3,92	29,76	166	0
Итого полдник:			8,00	3,92	49,96	250,80	4,00		8,00	3,92	49,96	250,80	4,00
ИТОГО:			50,72	33,92	222,23	1271,99	29,09		57,09	38,82	232,65	1435,21	32,57



№ реп	Наименование блюд	7-12 лет						12 лет и старше					
		Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)	Выход	Белки	Жиры	Угл-ды	Ккал	С (мг)
21 день													
Завтрак:													
173	Каша молочная вязкая пшенная с маслом сливочным	150/5	9,58	14,43	17,77	134,6	0,73	200/5	12,77	19,24	23,69	179,47	0,97
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
15	Сыр порциями	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09	10	3,09	3,81	0	63,13	0,09
376	Чай с сахаром	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03	200/10	0,07	0,02	15	60	0,03
ПР	Батончик Супер	50	1	8	36,5	220	0	50	1	8	36,5	220	0
	Вода бутилированная	500						500					
Итого завтрак:			16,09	26,56	83,76	547,88	0,85		19,28	31,37	89,68	592,75	1,09
Обед:													
71	Огурцы порционные (урожай 2025г.)	60	0,42	0,06	1,14	6,6	2,1	100	0,7	0,1	1,9	11	3,5
96	Рассольник Ленинградский со сметаной	200/10	2,49	4,08	22,54	141,8	6,7	250/10	3,11	5,1	28,17	177,25	8,38
203	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным	150/5	5,66	7,5	31,92	146,3	0	180/5	6,79	9	38,3	175,56	0
279	Тефтели говяжьи с соусом сметанным с томатом	60/30	8,95	9,95	11,33	170,4	0,49	70/30	9,94	11,05	12,59	189,33	0,54
574	Хлеб дарницкий	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0	30	1,7	0,34	14,8	68,95	0
573	Хлеб пшеничный	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0	30	2,35	0,3	14,49	70,15	0
349	Компот из сухофруктов	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73	200	0,66	1,50	22,60	132,80	0,73
Итого обед:			22,23	23,73	118,82	737,00	10,02		25,25	27,39	132,85	825,04	13,15
Полдник:													
484	Кисель	200	0	0	7,5	30	0	200	0	0	7,5	30	0
581	Кондитерское изделие (пряник)	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0	30	2,25	2,94	22,32	124,5	0
Итого полдник:			2,25	2,94	29,82	154,50	0,00		2,25	2,94	29,82	154,50	0,00
ИТОГО:			40,57	53,23	232,40	1439,38	10,87		46,78	61,70	252,35	1572,29	14,24

Идентификатор документа 6c55cb28-d2a4-48bc-a926-bf1f99c54a90



Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Подписи отправителя:		Организация, сотрудник	Доверенность: рег. номер, период действия и статус	Сертификат: серийный номер, период действия	Дата и время подписания
		ООО "ГРАНД" Шулин Александр Ильич, директор	Не требуется для подписания	02D427D2007FB1C18C44D26FB76F7DA14C с 29.05.2024 15:35 по 29.08.2025 15:35 GMT+03:00	20.05.2025 10:23 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа
Подписи получателя:		МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "НОВОТРОИЦКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА" ТУКАЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН Абдульминов Радис Раилович, Директор	Не требуется для подписания	009A85278AEF8888EA80C059A53F052F04 с 10.01.2025 09:43 по 05.04.2026 09:43 GMT+03:00	20.05.2025 13:36 GMT+03:00 Подпись соответствует файлу документа