

Согласовано:

Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Михайлов А. А.

Утверждаю:



Генеральный директор

Степанова Е.Г. /

Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

1 день							
Прием пищи, наименование блюда	Вес блюда, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК№	Год издания
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	7,01	7,4	12,9	192,00	3	2012
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155	8,6	9,3	31,7	253	189	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,12	0,02	15,2	21	431	2008
*СЛИВА СВЕЖАЯ	100	0,7	0,3	10	46	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	505	16,43	17,02	69,80	512,00		
Обед							
*САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,6	3,8	2,9	68,8	22	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ "ЦВЕТОК ЖИЗНИ"	200/10/1	7,06	7,9	32	235	96	2008
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	90	10,44	5,6	17,8	230	275	2016
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,5	9,3	41,3	227,3	165	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КЛУБНИКА)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	402,02	АКП*
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	27,00	27,80	125,32	886,54		
Полдник							
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	11,8	11,85	46,8	258	479	2008
МОЛОКО В ИНД.УПАК.	200	5,6	5	9,4	106	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	17,40	16,85	56,20	364,00		
Всего за день:		60,83	61,67	251,32	1762,54		

* Допускаются отклонения в случае сбоя поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

[Подпись]



Утверждаю:

Генеральный директор

Степанова Е.Г. /

Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

2 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	150	13,75	15,90	42,60	322,00	207	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0,1	15,00	20	430	2008
КОНФЕТЫ ШОКОЛОДНЫЕ	50	3,50	2,75	18,17	145,00	к/к	к/к
*АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,60	0,10	9,00	44,00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	500	18,25	18,85	84,77	531,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦОМ СВЕЖИМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,27	5,9	1,55	66,08	52,02	АКП
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/1	8,7	6,5	30	205	76	2012
КОТЛЕТЫ "ПО-КОТЛИНСКИ" (Филе рыбы минтай, филе куриное)	90	9	8	11,4	153,4	141	АКП*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,3	5,7	20,9	170,3	321	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЕЖЕВИКА)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	123	2007
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	735	28,07	29,33	118,37	860,22		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	10,8	11,85	43,2	251	453	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1	0	25,4	120	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	11,80	11,85	68,60	371,00		
Всего за день:		58,12	60,03	271,74	1762,22		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:

ООО "СТК" Генеральный директор
Степанова Е.Г. /



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

3 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕННОЙ	50	6,2	6,4	22,07	143,00	210/5	АКП*
КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,1	11,5	32	255	184	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	5,6	24,00	432	2008
*ВИНОГРАД СВЕЖИЙ	100	0,6	0,6	15,4	98	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	500	18,40	19,80	75,07	520,00		
Обед							
*САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	0,66	5,9	2,16	46,3	25	2008
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	8,9	7,1	25	202	57	2012
ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ	240	16,3	16,4	45	462	265	2008
КОМПОТ ЯБЛОЧНО-АПЕЛЬСИНОВЫЙ	200	0,5	0,1	34	124	29,05	АКП*
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	28,56	29,90	120,06	890,30		
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	6,3	6,9	52	247	453	2008
МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5,6	5	9,4	106	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	11,90	11,90	61,40	353,00		
Всего за день:		58,86	61,60	256,53	1763,30		

* Допускаются отклонения в случае сбоя поставок, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Генеральный директор

7 Степанова Е.Г. /



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием.

"28" 05 2026 г.

4 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,6	13	15,2	212	214	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0,1	15	20	430	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	к/к	к/к
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	4,3	4	10,6	108	к/к	к/к
*ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	100	1,1	0,4	10,6	52	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	600	20,00	19,93	88,50	588,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,72	9	73,98	24	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	6,1	8	18,4	198	81	2012
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ "ПО-ВСЕВОЛОЖСКИ"	90	13,1	12,3	14,5	179,4	278	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,7	5,5	36,5	192,7	331	2008
КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ СУШЕННЫХ (КУРАГА)	200	1	0,1	24	130	401	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	28,90	30,02	116,30	830,08		
Полдник							
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	100	7,86	9,68	47,3	260,7	773	2004
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1	0	25,4	120	442	2008
Итого за прием пищи:	300	8,86	9,68	72,70	380,70		
Всего за день:		57,76	59,63	277,50	1798,78		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

[Подпись]



Утверждаю:

Генеральный директор

А.Г. Степанова Е.Г. /

Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

5 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	5	4,99	28,88	208	2	2012
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	150/5	10,2	12,2	22,4	205	189	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	21,1	133,9	433	2008
*ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,3	0,23	7,9	42,30	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	555	18,40	19,92	80,28	589,20		
Обед							
*ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	60	0,48	0,09	1,5	8,4	71	2011
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С ПТИЦЕЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,33	5,1	28	263,4	86	2012
КУРИНОЕ ФИЛЕ В СМЕТАННО-ТОМАТНОМ СОУСЕ "ПО-СИНЯВИНСКИ"	90	14,05	17,8	35	237,3	280/05	АКП*
БУЛГУР РАССЫПЧАТЫЙ	150	4,5	4,2	33,7	237,4	135	АКП*
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0,1	7,2	20	430	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	26,96	27,69	119,30	822,50		
Полдник							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	10,7	11,85	42,3	246,2	467	2008
МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5,6	5	9,4	106	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	16,30	16,85	51,70	352,20		
Всего за день:		61,66	64,46	251,28	1763,90		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

6 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	8,01	7,4	22,9	230,00	3	2012
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	150	10,57	12,08	28,9	243	189	2008
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/10	0,12	0,02	15,2	21	431	2008
*СЛИВА СВЕЖАЯ	100	0,7	0,3	10	46	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	500	19,40	19,80	77,00	540,00		
Обед							
*ПОМИДОР СВЕЖИЙ (ПОРЦИОННО)	60	0,48	0,12	2,28	13,2	71/1	2011
СУП ОВОЩНОЙ С БРОККОЛИ "ГАТЧИНСКИЙ ПАРК"	200	4,6	6,8	15,1	257	73/03	АКП*
ПШЕНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ (КУРИНОЕ)	90	13,8	14,1	20,2	257	314	2008
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,7	5,5	36,5	192,7	331	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (КЛУБНИКА)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	123	2007
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	730	26,98	27,72	105,40	845,34		
Полдник							
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	100	11,8	11,85	46,8	258	479	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1	0	25,4	120	442	2008
Итого за прием пищи:	300	12,80	11,85	72,20	378,00		
Всего за день:		59,18	59,37	254,60	1763,34		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

7 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ "ДЕРЕВЕНСКОЕ СЧАСТЬЕ"	150/15	11,4	16	20	203	237	2012
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	5,6	24,00	432	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	к/к	к/к
МАРМЕЛАД	50	0,1	0	13,7	121	к/к	к/к
*АБРИКОСЫ СВЕЖИЕ	100	0,60	0,10	9,00	44,00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	540	19,20	19,83	85,40	588,00		
Обед							
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ, ЧЕСНОКОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	3,4	5,3	6,7	130,4	48	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ПТИЦЫ	200/30	4,7	5,5	22,9	178	83	2012
МЯСО ДУХОВОЕ (СВИНИНА) С КАРТОФЕЛЕМ И ОВОЩАМИ "ПО-КРОНШТАДТСКИ"	240	16,3	16,4	66,6	440,7	78,01	АКП*
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0,1	15	20	430	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	760	27,00	27,70	125,10	825,10		
Полдник							
ПИРОЖОК С ЯБЛОКАМИ	100	5,95	6,9	41	246,5	451	2008
МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5,6	5	9,4	106	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	11,55	11,90	50,40	352,50		
Всего за день:		57,75	59,43	260,90	1765,60		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

"28" 05 2026 г.

8 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ВАРЕНОЙ СГУЩЕННОЙ	50	6,2	6,4	22,07	143,00	210/5	АКП*
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	9,55	11	25,1	210	184	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,9	2,5	21,1	133,9	433	2008
*ВИНОГРАД СВЕЖИЙ	100	0,6	0,6	15,4	98	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	500	19,25	20,50	83,67	584,90		
Обед							
САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ОГУРЦОМ СВЕЖИМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	60	1,27	5,9	1,55	66,08	52,02	АКП
БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	6,15	7,12	26,7	191,66	80	2008
ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ СМЕТАННОМ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	90	13,50	7,90	35,20	202,00	261/373	2008
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	6,3	32	210	325	2008
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0,16	0,2	7,9	96,8	394	2008
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	26,98	27,82	117,25	822,54		
Полдник							
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	100	10,8	11,85	43,2	251	453	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1	0	25,4	120	442	2008
Итого за прием пищи:	300	11,80	11,85	68,60	371,00		
Всего за день:		58,03	60,17	269,52	1778,44		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:



Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием.

9 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	150	13,75	15,90	42,60	322,00	207	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,4	0,1	15	20	430	2008
ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	4,3	4	10,6	108	к/к	к/к
*ЧЕРЕШНЯ СВЕЖАЯ	100	1,1	0,4	10,6	52	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	575	19,55	20,40	78,80	502,00		
Обед							
*САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМУ	60	0,66	5,9	2,16	46,3	25	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/1	8,7	6,5	30	205	76	2012
ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ МЯСНОЙ (СВИНИНА)	90	8,1	7,4	15,8	156	232	АКП*
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,3	5,7	20,9	170,3	321	2012
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	24	131	402	2008
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	5,6	2,43	37,1	196	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	735	26,96	28,03	129,96	904,60		
Полдник							
ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	100	6,3	6,9	52	250	453	2008
МОЛОКО В ИНД.УПАКОВКЕ	200	5,6	5	9,4	106	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	300	11,90	11,90	61,40	356,00		
Всего за день:		58,41	60,33	270,16	1762,60		

* Допускаются отклонения в случае сбоев поставки, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____

Согласовано:
Начальник детского оздоровительного лагеря
с дневным пребыванием

Утверждаю:



Генеральный директор
Степанова Е.Г. /

Циклическое десятидневное меню сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник) для обеспечения детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

10 день							
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	ТК№	Год издания
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак							
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	5	4,99	28,88	208	2	2012
КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	155	8,6	9,3	31,7	253	189	2008
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	5,6	24,00	432	2008
*БАНАН СВЕЖИЙ	200	3,14	1,5	40	192,00	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	605	18,24	17,09	106,18	677,00		
Обед							
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	0,8	3,72	9	73,98	24	2011
СУП-ПЮРЕ ИЗ ТЫКВЫ С ГРЕНКАМИ "ОРАНЖЕВОЕ ЛЕТО"	200/10	4,03	5,5	17	117,3	116(01)/73	АКП*
ФРИКАСЕ ИЗ ИНДЕЙКИ	90	14,25	11	10,73	192	220	АКП*
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,5	9,3	41,3	227,3	165	2012
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕМОРОЖЕННЫХ ЯГОД (ЕЖЕВИКА)	200	0,2	0,8	17,42	69,44	123	2007
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,4	13,9	56	к/к	к/к
Итого за прием пищи:	740	27,98	30,72	109,35	736,02		
Полдник							
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	100	10,7	11,85	42,3	246,2	467	2008
СОК ФРУКТОВЫЙ В ИНД УП	200	1	0	25,4	120	442	2008
Итого за прием пищи:	300	11,70	11,85	67,70	366,20		
Всего за день:		57,92	59,66	283,23	1779,22		

* Допускаются отклонения в случае сбоя поставок, при замене сезонных овощей и фруктов.

Заведующий производством _____