Методические рекомендации MP 2.4.0368-25 "Методические рекомендации по организации питания детей в организациях отдыха детей и их оздоровления" (утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 21 марта 2025 г.)

Методические рекомендации МР 2.4.0368-25

"Методические рекомендации по организации питания детей в организациях отдыха детей и их оздоровления"

(утв. Федеральной службой по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека от 21 марта 2025 г.)

Введены впервые

І. Область применения и общие положения

- 1.1. Настоящие методические рекомендации (далее MP) содержат обобщенные сведения и рекомендации по обеспечению санитарно-эпидемиологического благополучия при организации питания детей в организациях отдыха детей и их оздоровления с дневным пребыванием, лагерях труда и отдыха, загородных стационарных лагерях (далее лагеря). Настоящие MP не распространяются на лагеря палаточного типа.
- 1.2. Настоящие MP предназначены для использования в практической работе специалистами территориальных органов и организаций Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, юридическими и физическими лицами, в том числе индивидуальными предпринимателями, при организации питания детей в лагерях, поставке в них пищевых продуктов.
- 1.3. МР направлены на организацию здорового питания, формирование принципов рационального, сбалансированного питания.
- 1.4. В МР предложены варианты базового меню для разработки региональных типовых меню, учитывающих территориальные, национальные и другие особенности питания населения.

II. Рекомендации

по организации питания детей в организациях отдыха детей и их оздоровления

- 2.1. Питание в лагерях осуществляется в соответствии с законодательством Российской Федерации ¹, санитарно-эпидемиологическими требованиями ², а также методическими документами ³.
- 2.2. Кратность приема пищи и режим питания определяется исходя из времени пребывания детей в лагере и режима работы лагеря.

При 8-10 часовом пребывании детей рекомендуется организовывать 3-4-разовое питание (3-разовое питание: завтрак, обед, полдник; 4-разовое питание: завтрак, обед, полдник, ужин); при 10,5-12-часовом - 4-5-разовое питание (5-разовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин).

В организациях с круглосуточным пребыванием детей рекомендуется обеспечивать 5-6-разовое питание (5-разовое питание: завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин; 6-разовое питание: завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин, второй ужин).

2.3. Рекомендуется разрабатывать меню на период не менее двух недель для каждой возрастной группы (7-11 лет и 12 лет и старше).

¹ Федеральный закон от 02.01.2000 N 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов".

² СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 N 32 (зарегистрировано Минюстом России 11.11.2020, регистрационный N 60833) с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 22.08.2024 N 9 (зарегистрировано Минюстом России 25.12.2024, регистрационный N 80757) (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20); СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровле-

ния детей и молодежи", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 N 28 (зарегистрировано Минюстом России 18.12.2020, регистрационный N 61573), с изменением, внесенным постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.08.2024 N 10 (зарегистрировано Минюстом России 17.09.2024, регистрационный N 79493) (далее - СП 2.4.3648-20); СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания", утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 N 2 (зарегистрировано Минюстом России 29.01.2021, регистрационный N 62296), с изменениями, внесенными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.12.2022 N 24 (зарегистрировано Минюстом России 09.03.2023, регистрационный N 72558) (далее - СанПиН 1.2.3685-21).

³ МР 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)", утвержденные руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 30.12.2019 (далее - МР 2.4.0162-19); МР 2.4.5.0146-19 "Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах на территории Арктической зоны Российской Федерации", утвержденные руководителем Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главным государственным санитарным врачом Российской Федерации 24.05.2019.

Для детей, нуждающихся в индивидуальном (лечебном или диетическом) питании, разрабатывается отдельное меню в соответствии с формой N 079/у ⁴. Предложения по организации питания в детских организованных коллективах для детей, страдающих заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании, изложены в методических документах ⁵.

При наличии технических и технологических возможностей пищеблока, достаточности персонала и оборудования в лагерях рекомендуется реализовывать принцип вариативности меню (2 и более меню, меню по типу "шведский стол").

При составлении меню (завтраков, обедов, полдников, ужинов) используются среднесуточные наборы пищевых продуктов в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями 6 с учетом необходимой энергетической ценности рациона и основных пищевых веществ для детей разных возрастных групп 7 и рекомендуемой для детей разного возраста массы порции блюд 8 .

При разработке меню целесообразно учитывать сезонность, физическую активность, национальные особенности детского коллектива. На период летнего отдыха и оздоровления, при повышенной физической нагрузке (например, спортивные соревнования, слеты, сборы) нормы питания, включая калорийность суточного рациона, рекомендуется увеличивать с учетом двигательной активности не менее чем на 10.0 % в день на каждого человека 9.

Отступления от норм калорийности по отдельным приемам пищи в течение дня допускается в пределах 5 % при условии, что средний процент калорийности приемов пищи за смену будет соответствовать вышеперечисленным требованиям.

Для обеспечения биологической ценности в питании детей рекомендуется использовать:

- продукты повышенной пищевой ценности, в т.ч. обогащенные макро- и микронутриентами, витаминами, пищевыми волокнами и биологически активными веществами;
 - пищевые продукты с ограниченным содержанием жира, сахара и соли.
 - 2.4. При разработке меню рекомендуется:
- включать блюда, технология приготовления которых обеспечивает сохранение вкусовых качеств, пищевой и биологической ценности продуктов и предусматривает использование щадящих методов кулинарной обработки;
- наименования блюд и кулинарных изделий в меню указывать в соответствии с их наименованиями, указанными в используемых сборниках рецептур;

⁴ Приложение 17 приказа Минздрава России от 15.12.2014 N 834н "Об утверждении унифицированных форм медицинской документации, используемых в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь в амбулаторных условиях, и порядков по их заполнению" (зарегистрирован Минюстом России 20.02.2015, регистрационный N 36160), с изменениями, внесенными приказами Минздрава России от 09.01.2018 N 2н (зарегистрирован Минюстом России 04.04.2018, регистрационный N 50614); от 02.11.2020 N 1186н (зарегистрирован Минюстом России 27.11.2020, регистрационный N 61121); от 18.04.2024 N 190н (зарегистрирован Минюстом России 21.05.2024, регистрационный N 78223).

⁵ MP 2.4.0162-19.

⁶ Приложение 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

⁷ Приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

⁸ Приложение 9 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

⁹ Приложение 10 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

- производство готовых блюд осуществлять в соответствии с технологическими картами, в которых указывается рецептура и технология приготовления блюд и кулинарных изделий;
 - не использовать одни и те же блюда в течение одного дня и двух последующих дней;
- замену блюд и пищевых продуктов осуществлять в исключительных случаях (например, нарушение графика подвоза, отсутствие необходимого запаса продуктов) в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями ¹⁰.

В жаркое время (температура плюс 27 °С и выше) не рекомендуется включать в меню скоропортящиеся продукты и блюда, многокомпонентные салаты и блюда, которые по технологии приготовления не проходят термическую обработку на конечном этапе приготовления.

В жаркое время для приготовления блюд рекомендуется использовать мясные рубленные полуфабрикаты промышленного производства, кисломолочные напитки выдавать в потребительской упаковке промышленного производства объемом до 200 мл (исключив розлив).

2.5. В ассортимент продуктов и блюд завтрака рекомендуется включать: крупяные и творожные блюда, мясные или рыбные блюда, молочные продукты (в том числе сыр, сливочное масло), блюда из яиц, овощи (свежие, тушеные, отварные), макаронные изделия и напитки.

Меню обеда рекомендуется составлять с учетом получаемого завтрака и включать в него закуску (салат или свежие овощи), горячее первое, второе блюдо и напиток. Если на завтрак выдавалось крупяное блюдо (например, каша, запеканка, макаронные изделия), то на обед рекомендуется выдача мясного или рыбного блюда с овощным гарниром (например, картофель отварной, пюре, капуста тушеная, овощное рагу).

Полдник может состоять из напитка (молоко, кисломолочные напитки, соки, чай) с булочными или кондитерскими изделиями без крема, возможна выдача творожных или крупяных запеканок и блюд.

В ужин рекомендуется включать рыбные, мясные, овощные и (или) творожные блюда, салаты и горячие напитки. На второй ужин рекомендуется выдавать кисломолочные напитки (можно дополнить кондитерским изделием (например, печенье, вафли).

Для реализации принципов здорового питания целесообразно дополнение блюд свежими фруктами, ягодами. При этом фрукты целесообразно выдавать поштучно.

В лагерях с круглосуточным пребыванием детей в меню рекомендуется предусматривать ежедневное использование: молока, кисломолочных напитков, мяса (рыбы), картофеля, овощей, фруктов, хлеба, круп, сливочного и растительного масла. Остальные продукты (например, творог, сметана, птица, сыр, яйцо, соки) рекомендуется включать 2-3 раза в неделю.

2.6. При организации питания не используются пищевые продукты, для которых не могут быть обеспечены условия хранения, установленные изготовителями, а также пищевые продукты, которые не допускаются для организации питания детей ¹¹.

Не рекомендуется использование скоропортящихся пищевых продуктов, сроки годности которых не превышают 5 дней.

2.7. При составлении меню смены возможно использовать варианты рационов (завтраки, обеды, полдники, ужины), указанные в приложении 1 к настоящим МР, с учетом санитарно-эпидемиологических требований ¹². В меню могут быть включены технологические карты блюд из разных сборников для детского питания.

Для предоставления ребенку возможности выбора блюда в один прием пищи предлагаются следующие варианты:

- включение в меню разных основных блюд (например, в один день на завтрак в первое меню включается каша молочная, во второе омлет), а остальные блюда совпадают (например, йогурт порционный, сыр порционный, хлеб, масло, какао);
- включение в меню полностью разных блюд (например, в один день на завтрак в первое меню включается каша молочная, яйцо, сыр порционный, хлеб, какао, во второе омлет, запеканка, хлеб, повидло, чай с лимоном).

Примеры составления вариативного меню представлены в приложении 1 к настоящим МР.

2.8. При проведении экскурсионных мероприятий, занимающих свыше 4 часов, возможна однократная организация питания с использованием пищевой продукции набора "сухого пайка" ¹³.

 $^{^{10}}$ Пункт 8.1.4 Сан Пи
Н 2.3/2.4.3590-20.

- 2.9. Информация о питании детей, в том числе меню, может доводиться до родителей и детей любым доступным способом (размещается в обеденном зале, на доске (стенде) информации), на сайте лагеря.
- 2.10. В целях формирования навыков здорового образа жизни и правильного питания у детей, в лагерях рекомендуется разъяснять принципы здорового питания и правила личной гигиены. Наглядными формами прививания навыков здорового питания могут быть плакаты, иллюстрированные лозунги в столовой, буфете, в "уголке здоровья".
- 2.11. Во избежание возникновения вспышек инфекционных заболеваний не рекомендуется допускать хранение пищевых продуктов в жилых помещениях для детей.

Руководителям лагерей рекомендуется устанавливать примерный набор продуктов питания, разрешенный для передачи детям посетителями, в том числе родителями и законными представителями детей.

В примерный набор не рекомендуется включать пищевые продукты, которые не допускаются использовать в питании детей ¹⁴, а также скоропортящиеся пищевые продукты, сроки годности которых не превышают 5 дней, и требуют специально создаваемые температурные режимы хранения и перевозки.

III. Рекомендации к организациям, осуществляющим питание детей

- 3.1. Организация питания в лагере может осуществляться как самостоятельно лагерем, так и с привлечением сторонних организаций.
- 3.2. Рекомендуется отдавать предпочтение операторам питания, имеющим опыт работы в организации питании детей, у которых ранее не выявлялись нарушения требований законодательства.
- 3.3. В лагерях с дневным пребыванием, открытых на базе общеобразовательных организаций при организации питания могут быть использованы их пищеблоки.

Для организаций с дневным пребыванием детей, открытых на базе иных организаций возможна организация питания в предприятиях общественного питания, при условии соблюдения ими санитарно-эпидемиологических требований ¹⁵.

В загородных стационарных лагерях питание детей осуществляется на базе собственных пищеблоков и столовых (обеденных залов).

- 3.4. Набор помещений и оборудование пищеблоков следует принимать в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями 16 .
- 3.5. Технологический расчет теплового оборудования проводят по количеству кулинарной продукции, реализуемой в течение дня. В результате технологического расчета выбирают оборудование соответствующей производительности, площади или вместимости; для тех или иных тепловых аппаратов определяют продолжительность их работы и коэффициент использования. Вместимость котлов рассчитывают с учетом условий выполнения следующих операций: варки бульонов, супов, вторых горячих блюд, гарниров, соусов, сладких блюд, горячих напитков, а также варки продуктов для приготовления холодных блюд [9].

При оснащении пищеблоков рекомендуется учитывать современные тенденции по использованию технологического оборудования.

Рекомендуемый расчет технологического оборудования и кухонной посуды для пищеблоков:

- в соответствии с рецептурными сборниками, расчет закладки продуктов первых и третьих блюд проводится на 1000 мл. Например, при организации обедов для детей в количестве 400 человек необходимо приготовить не менее 100 л первого блюда (400×250 мл) и 80 л третьего (400×200 мл), следовательно, для первых блюд необходимо иметь не менее 2 кастрюль объемом по 50 л, для третьих - 2 кастрюли объемом по 40 л;

¹¹ Приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

¹² Глава VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

 $^{^{13}}$ Пункт 8.1.8 Сан Пи
Н 2.3/2.4.3590-20; таблица 6.20 Сан Пи Н 1.2.3685-21.

¹⁴ Приложение 6 СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

- в составе технологического оборудования необходимо предусмотреть наличие не менее 2 электроплит на 4 конфорки каждая. При наличии электрокотла (объемом не менее 100 л) возможно использование одной электроплиты на 6 конфорок.

Объем (выход) готовых гарниров составляет не менее 150 г, следовательно, для гарниров необходимо наличие не менее 2 кастрюль объемом по 40 л (400 х 150 г). Например, для приготовления гарнира из гречневой крупы на 400 человек необходимо наличие не менее 2 кастрюль объемом по 40 л (150 г гарнира из гречневой крупы составляет примерно 180 мл).

Объем (выход) основных блюд (из мяса, рыбы, птицы) составляет не менее 90 г. Для основных блюд необходимо наличие не менее 2 кастрюль объемом 20 л (400 х 90 г).

Для реализации принципов здорового питания, в современных условиях при строительстве, реконструкции, модернизации, капитальных ремонтах пищеблоков рекомендуется проводить их оснащение пароконвекционными автоматами (пароконвектоматами), в которых возможно одномоментное приготовление основных блюд на всех детей (400-450 человек). Пароконвектоматы обеспечивают гастроемкостями установленных техническим паспортом объемов и конфигураций. Количество пароконвектоматов рассчитывается исходя из производственной мощности и количества детей.

С учетом использования щадящих методов приготовления блюд (например, парение, тушение, припускание) и современных технологий приготовления основных блюд, на пищеблоке целесообразно наличие электрического духового (или жарочного) шкафа (на 3 или 4 секции), электросковороды.

Для раздачи основных блюд, приготовленных и (или) подаваемых с соусами, целесообразно наличие на пищеблоке специального кухонного инвентаря (разливочных ложек, соусниц) с мерной меткой установленных объемов (50, 75 мл). Для соусов рекомендуется наличие не менее 3 кастрюль объемом по 10 л (400 х 75 мл).

Для раздачи блюд жидкой (полужидкой) консистенции (первых, третьих блюд, жидких каш, молочных супов) целесообразно наличие на пищеблоке специального кухонного инвентаря (ковшей) с длиной ручки, позволяющей при приготовлении и раздаче перемешивать весь объем блюда в кастрюле, с мерной меткой установленных объемов (200, 250 мл).

- 3.6. Производственные помещения пищеблоков оснащаются достаточным количеством холодильного оборудования для обеспечения условий, сроков хранения и товарного соседства различных видов продуктов и сырья.
- 3.7. Рекомендуется осуществлять контроль за исправностью установленного в производственных помещениях технологического и холодильного оборудования.

В случае выхода из строя какого-либо технологического оборудования необходимо внести изменения в меню.

- 3.8. Порционирование и раздачу готовых блюд персоналу пищеблока рекомендуется осуществлять с использованием перчаток, а кулинарных изделий (например, выпечка) с использованием специальных щипцов. При порционировании рекомендуется использование средств индивидуальной защиты органов дыхания.
- 3.9. Минимальное количество сотрудников пищеблока рассчитывается в соответствии с санитарно-эпидемиологическими требованиями 17 .

3.10. При привлечении детей к накрыванию столов рекомендуется обеспечить их масками и одноразовыми перчатками, приняв меры по недопущению лиц с признаками инфекционных, гнойничковых заболеваний, порезов.

IV. Обеспечение контроля качества и организации питания

4.1. При организации питания детей в лагерях рекомендуется обеспечивать реализацию мероприятий, направленных на охрану здоровья детей, в том числе:

¹⁵ Глава VIII СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

¹⁶ Пункт 2.4.6 СП 2.4.3648-20; СанПиН 1.2.3685-21.

¹⁷ СанПиН 1.2.3685-21.

- соблюдение требований качества и безопасности, сроков годности поступающих на пищеблок продовольственного сырья и пищевых продуктов (прием пищевых продуктов и продовольственного сырья при наличии документов, подтверждающих их качество и безопасность; сохранение документации, удостоверяющей качество и безопасность продукции, маркировочных ярлыков (или их копии) до окончания реализации продукции; проведение входного контроля поступающих пищевых продуктов ответственным лицом с регистрацией результатов в журнале бракеража скоропортящихся пищевых продуктов, поступающих в столовую; не допуск пищевых продуктов с признаками недоброкачественности, а также продуктов без сопроводительных документов, подтверждающих их качество и безопасность, не имеющих маркировки; занесение результатов работы холодильного оборудования в журнал учета температурного режима в холодильном оборудовании);
- проведение лабораторного контроля качества и безопасности готовой продукции в соответствии с рекомендуемой номенклатурой, объемом и периодичностью проведения лабораторных и инструментальных исследований (приложение 2 к настоящим MP).
- 4.2. Выдачу готовой пищи рекомендуется осуществлять после проведения контроля бракеражной комиссией в составе не менее 3 человек, с регистрацией результатов в журнале бракеража готовой кулинарной продукции.

В случае нарушения технологии приготовления пищи, а также в случае неготовности блюд, целесообразно принимать меры по недопущению их к выдаче.

4.3. Рекомендуется отбирать суточные пробы готовой продукции от каждой партии приготовленных блюд, в объеме: порционные блюда - в полном объеме; холодные закуски, первые блюда, гарниры и напитки (третьи блюда) - в количестве не менее 100 г; порционные блюда, биточки, котлеты, бутерброды и другие отбираются поштучно, целиком (в объеме одной порции).

Для соблюдения санитарно-эпидемиологических требований рекомендуется осуществлять контроль за правильностью отбора и хранения суточной пробы ответственным лицом. Пробы отбирают из котла (с линии раздачи) в специально выделенные обеззараженные и промаркированные емкости стерильными или прокипяченными ложками (банками, контейнерами) с плотно закрывающимися стеклянными или металлическими крышками, каждое наименование блюда помещают в отдельную посуду и сохраняют не менее 48 часов (не считая выходных и праздничных дней) в специальном холодильнике или в специально отведенном месте в холодильнике при температуре плюс 2-6 °C, посуда с пробами маркируется с указанием наименования приема пищи и датой отбора.

V. Рекомендации

по организации мероприятий по гигиеническому воспитанию и обучению детей по вопросам здорового питания

- 5.1. При организации питания детей в лагерях рекомендуется проводить мероприятия, направленные на формирование у детей и молодежи осознанного отношения к своему здоровью, приверженности здоровому образу жизни, развитию культуры здорового питания, обеспечивающей ликвидацию микронутриентной недостаточности, снижение потребления критически значимых для здоровья пищевых веществ (пищевая соль, сахара, жиры, включая насыщенные жирные кислоты и трансизомеры жирных кислот), увеличение потребления овощей и фруктов, профилактику алиментарно-зависимых заболеваний.
- 5.2. При проведении мероприятий по санитарно-гигиеническому просвещению по вопросам здорового питания рекомендуется использовать обучающие (просветительские) программы Роспотребнадзора по вопросам здорового питания для детей дошкольного и школьного возраста ¹⁸.
- 5.3. Рекомендуется использовать различные средства и формы санитарно-гигиенического просвещения, в том числе устные (беседа, лекция), печатные (брошюры, буклеты, лозунги), наглядные (плакат, инфографика), смешанные (игры, акции, театрализованные представления, видео и мультимедиа продукты).

Рекомендуется не реже 1 раза в смену организовывать устные выступления медицинских специалистов или просмотр коротких обучающих видеороликов на тему здорового питания для детей.

Печатные и наглядные материалы по здоровому питанию детей рекомендуется размещать в доступных для родителей и детей местах (в том числе в обеденном зале, холле, на официальном сайте организации в информационно-телекоммуникационной сети "Интернет".

- 5.4. В целях поддержания единой информационно-образовательной среды, способствующей ведению здорового образа жизни, в том числе здоровому питанию и отказа от вредных привычек, рекомендуется проводить обучающие мероприятия или инструктажи работников организации, особенно занятых в организации, приготовлении и раздаче пищи, и педагогического звена (в том числе воспитатели, вожатые, инструкторы, волонтеры).
- 5.5. Для формирования информационно-образовательной среды могут быть использованы ресурсы и материалы научно-методических и образовательного центров Роспотребнадзора ¹⁹ (приложение 4 к настоящим MP).

¹⁹ Приказ Роспотребнадзора от 27.02.2019 N 97 "Об организации деятельности научно-методических и образовательных центров по вопросам здорового питания".

вательных центров по вопросам здорового питани

Приложение 1 к MP 2.4.0368-25

Примерные варианты рационов

Примерное меню ЗАВТРАКОВ

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Каша гречневая молочная	200	250
Чай*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Итого	505	555
2-й день		
Омлет натуральный	150	160
Зеленый горошек отварной консервиро-	60	100
ванный		
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Кофейный напиток	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Итого	610	660
3-й день		
Рыба припущенная (минтай) в сметан-	90/50	100/50
ном соусе		
Картофельное пюре	150	180
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб** пшеничный	50	50

¹⁸ Приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 N 379 "Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания", с изменениями, внесенными приказом Роспотребнадзора от 26.04.2021 N 202 "О внесении изменений в приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 N 379 "Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания".

Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	587	627
4-й день		
Запеканка творожно-морковная со сме-	200/15	220/30
танным соусом		
Какао с молоком	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Фрукты свежие (яблоко)	150	150
Итого	655	670
5-й день		
Макаронные изделия с тертым сыром	180/32	220/40
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Чай*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	620	670
6-й день		
Каша пшенная молочная	200	250
Яйцо вареное	40	40
Чай фруктовый*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Итого	545	605
7-й день		
Запеканка рисовая со сметанным со-	200/60	220/80
усом		
Какао с молоком	200	200
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	670	710
2-я НЕДЕЛЯ		
8-й день		
Каша овсяная молочная	200	250
Чай*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Фрукты свежие (груша)	150	150
Итого	655	705
9-й день		
Пудинг творожный с изюмом	200	220
Соус яблочный	50	50
Кофейный напиток	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50

Хлеб ** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Итого	555	575
10-й день		
Биточки (мясо или птица) в сметанном	90/50	100/50
coyce		
Макаронные изделия	150	180
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	80
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	647	707
11-й день	0.17	707
Каша рисовая молочная	200	250
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Чай*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Итого	625	675
12-й день	023	073
Запеканка творожно-морковная со сгу-	200/60	220/80
щенным молоком	200/00	220/60
Какао с молоком сгущенным	200	200
Бутерброд с маслом сливочным м.д.ж.	30/10/15	30/10/15
72,5 % и сыром (например, Рос-	30/10/13	30/10/13
сийским)		
Хлеб** пшеничный	20	20
Хлеб** ржаной	30	30
Фрукты свежие (банан)	100	100
Итого	665	565
13-й день	002	303
Омлет с сыром	150	180
Икра кабачковая из свежих овощей	60	80
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Бутерброд с маслом сливочным м.д.ж.	30/10/15	30/10/15
72,5% и сыром (например, Рос-	JU/ 1U/ 1J	30/10/13
сийским)		
Чай с лимоном*	207	207
Итого	552	602
14-й день	334	002
Макаронные изделия отварные с мас-	150/15	180/15
лом сливочным м.д.ж. 72,5 % и тертым	130/13	100/13
сыром		
Оладьи из печени говяжьей с маслом	90/10	100/10
сливочным	<i>70/</i> 10	100/10
Овощи натуральные свежие (помидо-	60	80
ры)	00	00
Кофейный напиток с молоком сгущен-	200	200
ным	200	200
HDIM		

Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Итого	605	665

- * можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;
- ** рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

При нахождении детей в лагере с дневным пребыванием рекомендуется выдавать свежие фрукты во время завтрака или обеда (ассортимент фруктов приведен в разделе "Полдники").

Примерное меню ЗАВТРАКОВ

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Суп молочный с макаронными издели-	200	250
ИМК		
Чай*	200	200
Сыр (например, Российский)	15	15
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	505	555
2-й день		
Омлет натуральный	150	160
Морковь тертая с р/м	60	80
Кофейный напиток	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Итого	515	545
3-й день		
Запеканка рисовая с молоком сгущен-	200/60	220/80
ным		
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)		
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Итого	660	700
4-й день		
Сырники творожно-морковные с со-	200/60	220/80
усом молочным		
Какао с молоком	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30

Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Плоды свежие (яблоко)	100	100
Итого	665	705
5-й день		'
Тефтели рыбные с маслом сливочным	90/5	100/5
Картофельное пюре	150	180
Овощи порционные в нарезке (огурец)	60	100
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Итого	585	665
6-й день	202	
Каша манная молочная	200	250
Сыр (например, Российский)	15	15
Йогурт (в потребительской упаковке)	120	120
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	632	682
7-й день	032	082
Биточки (мясо или птица)	90	100
`	150	180
Макаронные изделия отварные	60	100
Овощи порционные в нарезке (поми-	00	100
дор) Какао с молоком	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
	30	30
Хлеб** ржаной	10	10
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % Итого		670
	590	670
2-я НЕДЕЛЯ 8 ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж ж		
8-й день	(0	100
Кукуруза консервированная отварная	60	100
Омлет натуральный	150	160
Чай с лимоном	205	205
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Сыр (например, Российский)	15	15
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Итого	520	570
9-й день	200	2.50
Каша вязкая молочная из пшеничной	200	250
крупы	200	200
Чай*	200	200
Хлеб** пшеничный	50	50
Хлеб** ржаной	30	30
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 %	10	10
Сыр (например, Российский)	15	15
Плоды свежие (банан)	150	150
Итого	655	700
10-й день		
Тефтели (мясо или птица) в сметано-	90/50	100/50

Каша гречневая рассыпчатая 150 180 Овопи слежие в нарезке (огурец) 60 100 Сок фурктовый 200 200 Хлеб** піпеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Итого 630 710 Итого Изай* 200 250 Чай* 200 200 Хлеб** пішеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й депь 180 200 Омлет натуральный 180 200 Морков тушеная с яблоками 60 80 Кофейный папиток 200 200 Хлеб** пішеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10	томатном соусе		
Овощи свежие в нарезке (огурец) 60 100 Сок фруктовый 200 200 Хлеб** ржаной 30 30 Итого 630 710 11-й день Каша геркулесовая молочная 200 250 Чай* 200 200 Хлеб** виненичный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день 700 70 Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (папример, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 150 200	*	150	180
Сок фруктовый 200 200 Хлеб** ржаной 30 30 Итого 630 710 11-й день ————————————————————————————————————		60	100
Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Итого 630 710 11-й день Каша геркулссовая молочная 200 250 Чай* 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (група) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет натуральный 180 200 Морковь тупсная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Игого 545 585 13-й день Мосли с молоком 150 200 Сыр порциями (напр		200	200
Xne6** ржаной 30 30 30 110 11-й день			50
Итого 630 710 11-й день 200 250 Чай* 200 250 Чай* 200 200 Хлеб** рижной 50 50 Хлеб** рижной 30 30 Масло сливочное м.дж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет патуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** рижной 30 30 Масло сливочное м.дж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 10 10 Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 <td></td> <td></td> <td></td>			
11-й день 200 250 250 240	-		
Каша геркулесовая молочная 200 250 Чай* 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (группа) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет натуральный 180 200 Морков тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (папример, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 150 200 Сыр порциям (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200			
Чай* 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 Итого 655 700 Омлет нагуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр порциями (например, Российский) 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200		200	250
Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (група) 150 150 Итого 655 700 12-й день 700 700 Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Клеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 К		200	200
Хлсб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлсб** пшеничный 50 50 Хлсб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 13-й день 150 200 Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежсе калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 150<	Хлеб** пшеничный		50
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день 700 700 Омлет нагуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр порциями (например, Российский) 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свеже калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день			
Сыр (например, Российский) 15 15 Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Итого 545 585 13-й день 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 70 760 14-й день 50 50	<u> </u>	10	
Плоды свежие (груша) 150 150 Итого 655 700 12-й день Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день Мосли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 150 180 Хлеб** ржаной			
Итого 655 700 12-й день 300 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 30 200 Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 50 50 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 150 180 Хлеб** ржаной </td <td></td> <td>150</td> <td>150</td>		150	150
12-й день Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 150 200 Кыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 710 760 14-й день 50 50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Свек» тшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 <td>11</td> <td></td> <td></td>	11		
Омлет натуральный 180 200 Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 80 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 90/50 100/50 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 150 180 Свекла тушеная в молочном соусе 150 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 <			
Морковь тушеная с яблоками 60 80 Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 710 760 14-й день 150 180 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 150 180 Свекла тушеная в молочном соусе 150 50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 50 Хлеб** ржаной 30 30 </td <td></td> <td>180</td> <td>200</td>		180	200
Кофейный напиток 200 200 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день *** *** Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день ** ** Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 150 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** ржаной 30 30 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200		60	80
Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 710 760 14-й день 90/50 100/50 Томатном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	_	200	200
Хлеб** ржаной 30 30 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 710 760 14-й день 150 180 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	*	50	50
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Сыр (например, Российский) 15 15 Итого 545 585 13-й день Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 томатном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		30	30
Итого 545 585 13-й день Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	_	10	10
Итого 545 585 13-й день Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Сыр (например, Российский)	15	15
Мюсли с молоком 150 200 Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 710 760 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		545	585
Сыр порциями (например, Российский) 120 120 Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день 90/50 100/50 Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 180 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	13-й день		
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Мюсли с молоком	150	200
Масло сливочное м.д.ж. 72,5 % 10 10 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Сыр порциями (например, Российский)	120	120
Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		10	10
Чай* 200 200 Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		50	50
Яблоко свежее калиброванное 150 150 Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Хлеб** ржаной	30	30
Итого 710 760 14-й день Тефтели мясные паровые в сметано- томатном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Чай*	200	200
14-й день Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Яблоко свежее калиброванное	150	150
Тефтели мясные паровые в сметанотоматном соусе 90/50 100/50 Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Итого	710	760
томатном соусе Свекла тушеная в молочном соусе Хлеб** пшеничный 50 Хлеб** ржаной 30 Напиток из апельсин Персик свежий калиброванный 80	14-й день		
Свекла тушеная в молочном соусе 150 180 Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	Тефтели мясные паровые в сметано-	90/50	100/50
Хлеб** пшеничный 50 50 Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80	томатном соусе		
Хлеб** ржаной 30 30 Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		150	180
Напиток из апельсин 200 200 Персик свежий калиброванный 80 80		50	50
Персик свежий калиброванный 80 80	Хлеб** ржаной	30	30
		200	200
Итого: 650 690	Персик свежий калиброванный		80
	Итого:	650	690

- * можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;
- ** рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

При нахождении детей в лагере с дневным пребыванием рекомендуется выдавать свежие фрукты во время завтрака или обеда (ассортимент фруктов приведен в разделе "Полдники").

Примерное меню ОБЕДОВ

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
пазвание отода	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ	(1931 113111 1)	(14101 110111 1)
1-й день		
Помидоры свежие в нарезке	60	100
Суп гороховый	250	250
Биточки (мясо, птица)	100	100
Овощное рагу	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	850	930
2-й день	830	750
Огурцы свежие в нарезке	60	100
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Рыба припущенная	90	100
Картофель отварной (запеченный)	150	180
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	860	940
3-й день	800) 7 7 0
Салат из отварной свеклы с сыром	60	100
Суп рисовый с картофелем	250	250
Бефстроганов	100	120
Макаронные изделия отварные	150	180
Компот из плодов сухих (шиповник)*	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	850	950
4-й день	830	930
Огурец/перец свежий в нарезке	30/30	50/50
Щи из свежей капусты	250	250
Плов из птицы	200	250
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный		50
	50 50	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50 900
Итого	810	900
5-й день	40	100
Помидоры свежие в нарезке	60	100
Суп с макаронными изделиями	250	250
Печень по-строгановски	90	100
Картофельное пюре	150	180
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)	50	50
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	850	930

6-й день		
Салат из белокочанной капусты	60	100
Суп овощной со сметаной	250/10	250/10
Тефтели (мясные)	100	100
Рис припущенный	150	180
Компот из свежих яблок	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	870	900
7-й день		
Огурец свежий	60	100
Рассольник по-ленинградски	250	250
Рыба, запеченная с картофелем по-рус-	240	280
ски		
Сок фруктовый	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	850	930
2 НЕДЕЛЯ		
8-й день		
Помидор свежий	60	100
Суп картофельный с рисовой крупой	200	250
Котлеты (мясо или птица) в сметано-	100/50	100/50
томатном соусе		
Макаронные изделия	150	180
Компот из сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	860	980
9-й день		
Икра кабачковая	60	100
Борщ со сметаной	200/10	250/10
Жаркое по-домашнему	240	280
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)		
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	810	940
10-й день		
Салат витаминный с растительным мас-	60	100
лом		
Суп гороховый	200	250
Гренки для супа	20	20
Тефтели мясные паровые	100	100
Рагу овощное	150	180
Компот плодово-ягодный	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	830	950
11-й день		
Овощи свежие (огурец)	60	100
Суп рыбный	250	250
Котлета рубленая (мясо или птица), за-	90/50	100/50

печенная с соусом сметанным	1.50	100
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Компот из плодов или ягод сушенных*	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	900	980
12-й день		
Перец, редис (порциями)	40/40	50/50
Суп из овощей	200	250
Макароны отварные	150	180
Гуляш из отварного мяса	90/50	100/50
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Компот из апельсинов	200	200
Итого	870	980
13-й день		
Огурец, помидор (порциями)	40/40	50/50
Щи из свежей капусты с картофелем	200	250
Рагу из овощей	150	180
Шницель рыбный натуральный	100/5	100/5
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Кисель из кураги	200	200
Итого	835	935
14-й день		
Капуста тушеная с яблоками	60	80
Щи из свежей капусты с картофелем	250	250
Жаркое по-домашнему	240	280
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Компот из яблок	200	200
Итого	850	910
TT		

- * можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;
- ** рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Примерное меню ОБЕДОВ

вариант 2.		
Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Суп крестьянский с крупой	250	250
Бефстроганов	90	100
Капуста тушеная	150	180
Компот из смеси сухофруктов	200	200

Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	850	930
2-й день		
Салат из сельдерея с яблоками, морко-	60	100
вью и растительным маслом		
Щи из свежей (или квашеной) капусты	250	250
с картофелем		
Рыба припущенная (минтай) в сметан-	90/50	100/50
ном соусом		
Картофельное пюре	150	180
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)		
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	840	880
3-й день		•
Икра кабачковая	60	100
Суп картофельный с макаронными из-	250	250
делиями		
Тефтели (мясо, птица) в сметано-томат-	90/50	100/50
ном соусе		
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Компот из плодов или ягод сушенных*	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	900	980
4-й день		
Морковь тушеная с яблоками	60	100
Борщ с картофелем и фасолью	250	250
Плов из мяса (птицы)	200	250
Напиток из плодов шиповника	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	810	900
5-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	100
Суп овощной с мясными фрикадель-	250/36	250/36
ками		
Котлета рыбная с сметанным с луком	90/50	100/50
соусом		
Картофель отварной	150	180
Кисель из ягод (замороженных или	200	200
свежих)		
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	886	1016
6-й день		
Овощи свежие в нарезке (перец)	60	100
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Тефтели (мясные) в сметано-томатном	90/50	100/50
coyce		
Вермишель отварная	150	180
Компот из ягод сушенных	200	200

Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной	50	50
Итого	910	990
7-й день		•
Кабачки тушеные в сметане	60	100
Суп с рыбными консервами	250	250
Птица тушеная в сметано-томатном со-	90/50	100/50
yce		
Рис припущенный	150	180
Компот из плодов или ягод сушенных	200	200
(изюм)*		
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	900	980
2-я НЕДЕЛЯ	700	700
8-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	100
Суп из овощей	250	250
Жаркое по-домашнему	240	280
Компот из смеси сухофруктов	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	50	50
Итого	850	930
9-й день	830	930
1	60	100
Овощи свежие в нарезке (помидор)	250	250
Рассольник по-ленинградски	90/50	100/50
Рыба тушеная в томате с овощами	150	180
Картофель отварной	200	200
Кисель из ягод (замороженных или свежих)	200	200
Хлеб пшеничный	50	50
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный) Итого	50 900	50 980
	900	980
10-й день	60	100
Овощи в нарезке (перец свежий)	250/10	100
Борщ со сметаной	250/10	250/10
Котлеты рубленные (мясо или птица) в	90/50	100/50
соусе сметанном с луком	150	180
Каша рисовая	200	
Напиток из плодов шиповника	50	200
Хлеб пшеничный	50	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)		50
Utoro	910	990
11-й день	40/40	50/50
Огурец, помидор (порциями)	40/40	50/50
Щи из свежей капусты и картофелем	250	250
Рис отварной	150	180
Бефстроганов из отварной говядины со	90/50	100/50
сметанным соусом	00	00
Хлеб пшеничный	90	90
Хлеб ржаной	60	60
Компот из смеси сухофруктов	200	200
Итого	970	1030

12-й день		
Салат витаминный (капуста белокочан-	60	100
ная, морковь, яблоко)		
Суп из овощей	250	250
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Гуляш из отварного мяса	90/50	100/50
Хлеб пшеничный	90	90
Хлеб ржаной	60	60
Компот из апельсинов	200	200
Итого	970	1030
13-й день		•
Салат из отварной свеклы с яблоками	60	100
Рассольник по-ленинградски	250	250
Рагу из овощей	150	180
Шницель рыбный натуральный	90/5	100/5
Хлеб пшеничный	90	90
Хлеб ржаной	60	60
Кисель из сухих фруктов	200	200
Итого	925	1005
14-й день		
Капуста тушеная с яблоками	60	80
Суп крестьянский с крупой	250	250
Плов из птицы	240	280
Хлеб пшеничный	90	90
Хлеб ржаной	60	60
Компот из яблок	200	200
Итого	900	960

- * можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;
- ** рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Примерное меню ПОЛДНИКА

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Чай фруктовый	200	200
Оладьи с молоком сгущенным	150/40	150/40
Итого	390	390
2-й день		
Сок фруктовый (груша)	200	200
Печенье школьное	30	30
Плоды свежие (бананы)	185	185
Итого	415	415
3-й день		
Сок фруктовый (яблоко)	200	200

7.6	100	100
Мороженое пломбир в вафельном ста-	100	100
канчике	105	105
Плоды свежие (груши)	185	185
Итого	485	485
4-й день		
Сок фруктовый (персик)	200	200
Пряники ванильные	40	40
Плоды свежие (яблоко)	150	150
Итого	390	390
5-й день		
Отвар шиповника	200	200
Булочка школьная	50	50
Плоды свежие (бананы)	185	185
Итого	435	435
6-й день		
Компот из сухофруктов*	200	200
Плоды свежие (яблоки)	150	150
Печенье молочное	30	30
Итого	380	380
7-й день		
Сок фруктовый (яблоко-персик)	200	200
Плоды свежие (бананы)	200	200
Пряники ванильные	40	40
Итого	440	440
2-я НЕДЕЛЯ	-	
8-й день		
Кисель плодово-ягодный	200	200
Ватрушка с повидлом	75	75
Плоды свежие (яблоки)	150	150
Итого	425	425
9-й день	.20	123
Сок фруктовый (яблоко-вишня)	200	200
Мороженое пломбир в вафельном ста-	100	100
канчике	100	
Плоды свежие (яблоко)	150	150
Итого	450	450
10-й день	150	150
Сок фруктовый (виноградный)	200	200
Пряники сдобные	30	30
Плоды свежие (бананы)	200	200
Итого	430	430
11-й день	TJU	
Отвар шиповника	200	200
Слойка с повидлом	100	100
	250	250
Фрукты свежие (калиброванные) Банан		
Итого	550	550
12-й день	200	200
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Слойка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) апель-	200	200
син 1/шт.	500	500
Итого	500	500
13-й день		

Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)		
Булочка ванильная	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) яб-	150	150
локо 1/шт.		
Итого	450	450
14-й день		
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)		
Булочка с повидлом	100	100
Мороженое в вафельном стаканчике	100	100
"Пломбир"		
Итого	400	400

Примерное меню ПОЛДНИКА

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)		
Пирог открытый с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) апель-	200	200
син 1/шт.		
Итого	500	500
2-й день		
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)		
Ватрушка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) банан	250	250
1/шт.		
Итого	550	550
3-й день		
Чай фруктовый	200	200
Булочка домашняя	100	100
Мороженое в вафельном стаканчике	100	100
"Пломбир"		
Итого	400	400
4-й день		
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Слойка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) апельсин 1/шт.	200	200

^{* -} можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

Итого	500	500
5-й день		
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)		
Булочка ванильная	100	100
Фрукты свежие (калиброванное) яблоко	150	150
1/шт.		
Итого	450	450
6-й день		'
Компот из яблок*	200	200
Булочка Домашняя	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) банан	250	250
1/шт	_, ,	
Итого	550	550
7-й день		
Отвар шиповника	200	200
Булочка ванильная	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) яб-	150	150
локо 1/шт.	130	130
Итого	450	450
2-я НЕДЕЛЯ	730	130
8-й день		
	200	200
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)	100	100
Булочка с повидлом		100
Мороженое в вафельном стаканчике	100	100
"Пломбир" Итого	400	400
	400	400
9-й день	200	200
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Булочка Веснушка	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) банан	250	250
1/шт.	550	550
Итого	550	550
10-й день	200	200
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
ный, виноградный, яблочно/виноград-		
ный, мультифрукт)	100	100
Ватрушка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) яб-	150	150
локо 1/шт.	4.50	450
Итого	450	450
11-й день		
Кисель плодово-ягодный	200	200
Булочка ванильная	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) яб-	150	150
локо 1/шт		
Итого	450	450
12-й день		
Сок фруктовый в ассортименте (яблоч-	200	200
· ,		I .
ный, виноградный, яблочно/виноградный, мультифрукт)		

Булочка домашняя	100	100
Мороженое в вафельном стаканчике	100	100
"Пломбир"		
Итого	400	400
13-й день		
Чай фруктовый	200	200
Слойка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) банан	250	250
1/шт.		
Итого	550	550
14-й день		
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Слойка с повидлом	100	100
Фрукты свежие (калиброванные) апель-	200	200
син 1/шт.		
Итого	500	500
п		-

Примерное меню УЖИНА

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше
	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
	(мл или г)	(мл или г)
1-я НЕДЕЛЯ		
1-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	100
Пюре картофельное	150	180
Рыба, запеченная в сметанном соусе	90/50	100/50
Компот из яблок*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	630	710
2-й день		
Икра кабачковая (промышленного	60	100
производства)		
Котлеты из птицы со сметано-луковым	90/50	100/50
соусом		
Рис отварной	150	180
Чай с лимоном	207	207
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	637	717
3-й день		
Овощи свежие в нарезке (перец)	60	100
Рыба, запеченная с картофелем по-рус-	240/10	280/10
ски		
Бутерброд с маслом м.д.ж. 72,5 %	30/10	30/10
Кофейный напиток	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30

^{* -} можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице.

Итого	630	710
4-й день		1.00
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Тефтели из мяса птицы в соусе сме-	90/60	100/60
тано-томатном	70,00	100,00
Макаронные изделия отварные	150	180
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб пшеничный*	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	647	727
5-й день		
Кабачки тушеные	60	100
Котлеты из мяса с маслом сливочным	100/10	100/10
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Компот из ягод*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	600	670
6-й день		
Кукуруза консервированная	60	100
Жаркое по-домашнему из мяса	240	280
Бутерброд с маслом м.д.ж. 72,5 %	30/10	30/10
Чай с лимоном*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	620	700
7-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	100
Шницель рыбный натуральный в сме-	90/50	100/50
танном соусе		
Цветная капуста запеченная с сыром	150	180
Компот из яблок*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	630	710
2-я НЕДЕЛЯ		
8-й день		
Икра кабачковая промышленного	60	100
изготовления		
Котлеты рубленные из птицы запечен-	100/60	100/60
ные в молочном соусе		
Макаронные изделия отварные	150	180
Кисель из плодов шиповника*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	650	720
9-й день		
Морковь тушеная с яблоками	60	100
Плов из птицы	240	280
Какао с молоком	200	200
Бутерброд с маслом м.д.ж. 72,5 %	30/10	30/10
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30

Итого	620	700
10-й день		
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Гуляш из мяса	100/60	100/60
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Компот из ягод*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	910	980
11-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурцы)	60	100
Пюре картофельное	150	180
Рыбные палочки в сметанном соусе	90/50	100/50
Компот из яблок*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	630	710
12-й день		·
Овощи свежие в нарезке (перец)	60	80
Птица тушеная в соусе сметано-томат-	90/60	100/60
ном		
Капуста тушеная с яблоками	150	180
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	647	707
13-й день		
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	80
Жаркое по-домашнему из мяса	240	280
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	580	640
14-й день		•
Горошек зеленый консервированный	60	80
Запеканка картофельная с мясом и мас-	240/10	280/10
лом сливочным		
Кисель из яблок	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	590	650

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Примерное меню УЖИНА

Название блюда	7-11 лет	12 лет и старше

^{* -} можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;

^{** -} рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

	Выход (вес) порции	Выход (вес) порции
1-я НЕДЕЛЯ	(мл или г)	(мл или г)
1-й день	60	100
Овощи свежие в нарезке (огурец)		
Зразы рыбные рубленные	90/10	100/10
Картофель отварной	150	180
Пудинг из творога запеченный со сгу-	200/60	200/60
щенным молоком	200	200
Компот из яблок*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	850	920
2-й день		100
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Плов с мясом	240	280
Оладьи со сгущенным молоком	200/60	200/60
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	840	900
3-й день		
Овощи свежие в нарезке (перец)	60	100
Запеканка картофельная с мясом и мас-	240/10	280/10
лом сливочным		
Сырники из творога с яблочным повидлом	200/60	200/60
Кисель из яблок	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	850	930
4-й день	350	700
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Тефтели рыбные из минтая в соусе сме-	90/60	100/60
тано-томатном	<i>y</i> 0, 00	100/00
Рис припущенный	150	180
Запеканка из творога со сгущенным мо-	200/60	200/60
локом	200/00	200/00
Чай с лимоном*	200/7	200/7
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	907	987
5-й день	701	701
	60	100
Овощи свежие в нарезке (огурец) Котлеты из мяса с маслом сливочным	100/10	100/10
	150	180
Каша перловая рассыпчатая		
Оладьи с повидлом	200/60	200/60
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	860	930
6-й день		

Птица тушеная в соусе с овощами	240	280
Пудинг из творога запеченный с соусом	200/60	200/60
молочным		
Чай с лимоном*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	840	920
7-й день		
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	100
Плов с мясом	240	"280
Запеканка творожно-морковная со сгу-	200/60	200/60
щенным молоком		
Компот из смеси сухих фруктов*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	840	920
2-я НЕДЕЛЯ	0-10	720
8-й день		
Овощи свежие в нарезке (редис)	60	100
Котлеты рубленные из птицы запечен-	100/60	100/60
ные в молочном соусе	100/00	100/00
•	150	180
Капуста цветная отварная		
Вареники ленивые (отварные) с маслом	200/10	200/10
сливочным Компот из яблок*	200	200
	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	860	920
9-й день	(0)	100
Свежие огурцы	60	100
A3y	200	240
Оладьи с повидлом	200/40	200/40
Какао с молоком	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	780	860
10-й день		
Икра кабачковая консервированная	60	100
Гуляш из мяса	100/60	100/60
Каша гречневая рассыпчатая	150	180
Пудинг из творога запеченный со сгу-	200/60	200/60
щенным молоком		
Компот из ягод*	200	200
Хлеб пшеничный**	50	50
Хлеб ржаной**	30	30
Итого	910	980
11-й день		·
Горошек зеленый консервированный	60	80
Птица тушеная в соусе с овощами	240	280
Вареники ленивые (отварные) с соусом	200/60	200/60
молочным	_ 3 0. 0 0	
Чай с лимоном*	200	200
,		__\(\)

Хлеб ржаной**	30	30		
Итого	840	900		
12-й день	12-й день			
Овощи свежие в нарезке (помидор)	60	80		
Тефтели рыбные из минтая в соусе сме-	90/60	100/60		
тано-томатном				
Пюре картофельное	150	180		
Запеканка из творога со сгущенным мо-	200/60	200/60		
локом				
Чай с лимоном*	200/7	200/7		
Хлеб пшеничный*	50	50		
Хлеб ржаной**	30	30		
Итого	907	967		
13-й день				
Овощи свежие в нарезке (огурец)	60	80		
Жаркое по-домашнему из мяса	240	280		
Какао с молоком	200	200		
Хлеб пшеничный**	50	50		
Хлеб ржаной**	30	30		
Итого	780	840		
14-й день				
Овощи свежие в нарезке (перец)	60	80		
Запеканка картофельная с мясом и мас-	240/10	280/10		
лом сливочным				
Сырники из творога с яблочным повид-	200/60	200/60		
лом				
Кисель из яблок	200	200		
Хлеб пшеничный**	50	50		
Хлеб ржаной**	30	30		
Итого	850	910		

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Примерное меню ВТОРОГО УЖИНА

В меню второго ужина в лагере с круглосуточным пребыванием детей рекомендуется включать готовые к употреблению кисломолочные напитки с массовой долей жира 2,5 % и (или) 3,2 %, в потребительской упаковке промышленного изготовления, массой (объемом) до 200 г (мл) (например, ряженка, кефир, варенец, снежок). Вместе с кисломолочными напитками возможна выдача кондитерских изделий промышленного изготовления (печенье, кексы, вафли, пряники) в потребительской упаковке промышленного изготовления массой до 50 г.

Примерное меню питания в лагере с круглосуточным пребыванием детей - по типу ЗАКАЗОВ - "НА ВЫБОР"

^{* -} можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;

^{** -} рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

II C	D
Наименование олюд	Выхол

1й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Яйцо отварное	40
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Каша молочная рисовая	200/10
Чай	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Итого	682
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп крестьянский с крупой	250
Макаронные изделия отварные	150
Поджарка из говядины	100/50
Хлеб ржаной	60
Хлеб пшеничный	90
Компот из смеси сухих фруктов	200
Итого	1000
Полдник	,
Булочка Домашняя	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Яблоки свежие 1 шт.	150
Итого	410
Ужин	
Морковь тушеная с яблоками	100
Картофельное пюре	200
Котлета из птицы с маслом сливочным	100/10
Хлеб пшеничный	90
Хлеб ржаной	30
Чай с молоком	200
Итого	730
2-й Ужин	
Печенье в потребительской упаковке	20
Кефир	200
Итого	220
2-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Каша "Дружба"	200/10
Омлет с морковью	90/5
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	615
Обед	010
Салат из белокочанной капусты с морковью	100
Борщ с капустой и картофелем	250
Рис отварной	200
Бефстроганов из отварной говядины со сметанным соусом	100/50
вефетроганов из отварной говядины со сметанным соусом	100/30

Xne6 ржаной** 60	Хлеб пшеничный**	90
Компот из смеси сухофруктов 200		
Итого		
Подлинк Пребеннок из дрожжевого теста \$80	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
Гребеннок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фуркты свежие - групп 1 шт. 150 Итого 430 Ужин *** Кабочки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200 Рудет из говядины паровой со сметано-томатным соусом 100/50 Хлеб писпичный** 90 Хлеб писпичный** 30 Напиток из плодов шиновника 200 Итого 770 2-й Ужин *** Вафли в потребительской упаковке 20 Ряженка 200 Итого 220 З-й день. Завтрак Сыр (папример, Российский) 20 Масло сливочье (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Сурае из моркови с творогом (паровое) 150 Суп из овочьей (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Сурае из моркови с творогом (паровое) 150 Сурае из моркови с творогом (паровое) 150 Суп из овощей (паровое) 50 Хлеб раканой** 30		1030
Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - группи 1 пг. 150 Итого 430 Ужин ————————————————————————————————————		80
Фрукты съсжис - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин ————————————————————————————————————		
Итого 430 Ужин Кабачки тушелые в еметале 100 Картофель запеченный 200 Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом 100/50 Хлеб пленичный*** 90 Хлеб ржаной** 30 Натиток из плодов шиповника 200 Итого 770 2-й Ужин Вафли в потребительской упаковке 20 Ряженка 200 Итого 220 З-й день Завтрак Сыр например, Российский) 20 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфа из моркови с творотом (паровос) 150 Сум молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб писничный** 50 Хлеб писничный** 200 Итого 660 Обет Отурси, помидор (порциям) 50/50 Суп из овошей 250 Капа тречневая рассытчатая 200 П	1	
Ужин Кабачки тупиеные в сметане 100 Картофель запсченный 200 Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом 100/50 Хлеб рижной** 90 Клеб рижной** 30 Напиток из плодов пиповника 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Вафли в потребительской упаковке 20 Ряженка 200 Итого 220 Завтрак Сыр (например, Российский) Васто сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Судыс из моркови с творогом (паровос) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед 0 Огурец, помидор (порциями) 50/50 Сун из овощей 250 Капа гренневаз рассыпчатая 200 Гуляни из отварного мяса 100/50 Хлеб ржаной** 90 <tr< td=""><td>1, 1,</td><td></td></tr<>	1, 1,	
Кабачки тушеные в сметане 100 Картофсль запеченный 200 Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб раканой** 30 Напиток из плодов шиповника 200 Игого 770 2-й Ужин		430
Картофель запеченный 200 Рулет из говядины паровой со еметапо-томатным соусом 100/50 Хлеб писинчилый** 90 Хлеб ржаной** 30 Нагиток из плодов шиповника 200 Итого 770 2-й Ужин		100
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом Хлеб пшеничный** До уманой** Напиток из плодов шиповника До утиго Зи ужип Вафли в потребительской упаковке Вафли в потребительской упаковке Зо упаковке Зо упаковке Вафли в потребительской упаковке Вафли в потребительской упаковке Зо упаковке Зо упаковке Зо упаковке Вавтрак Сыр (например, Российский) До упасло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % По упасло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % До упаков из упаковке Зо упаков из упаков		
Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Напиток из плодов шиповника 200 Итого 770 2-й Ужин		
Хлеб ржаной** 30 Напиток из плодов пиповника 200 Итого 770 2-й Ужин ————————————————————————————————————		
Напиток из плодов шиповника 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Вафли в потребительской упаковке 20 Уженка 3-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб путь из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед 200 Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляп из отварного мяса 100/50 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдинк 50 Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150		
Итого 770 2-й Ужин 20 Вафли в потребительской упаковке 20 Ряженка 200 Итого З-й день Завтрак Сыр (папример, Российский) Масло сливочное (порциям) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед		
2-й Ужин Вафли в погребительской упаковке 20		
Вафли в потребительской упаковке 20 Ряженка 200 Итого 220 З-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Оурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овошей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляп из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб пшеничный** 90 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Нолднк 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100/10 Кнели из кур 100		770
Ряженка 200 Итого Зай день Завтрак Сыр (например, Российский) Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обеа		
3-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Судье из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Капа гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полинк Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Крендель стварной 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100/10 <	Вафли в потребительской упаковке	20
Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед	Ряженка	200
Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Игого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая расыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Нолдиик Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб ржаной** 30	Итого	220
Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суф в из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Нолдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Картофель отварной <td>3-й день</td> <td>·</td>	3-й день	·
Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суф в из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Нолдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Картофель отварной <td>Завтрак</td> <td></td>	Завтрак	
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Нолдник 50 Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб ржаной** 30	-	20
Суфле из моркови с творогом (паровое) 150 Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Суп молочный с макаронными изделиями 200 Хлеб пшеничный** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Хлеб ржаной** 30 Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Чай* 200 Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Итого 660 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Обед 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник 50 Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		000
Суп из овощей 250 Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		50/50
Каша гречневая рассыпчатая 200 Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Гуляш из отварного мяса 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Хлеб ржаной** 60 Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Компот из апельсинов 200 Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Итого 1050 Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Полдник Крендель сахарный 50 Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Крендель сахарный50Сок в ассортименте200Сливы свежие (2 шт.)150Итого400УжинГорошек зеленый консервированный100Картофель отварной200Кнели из кур100/10Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30		1030
Сок в ассортименте 200 Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		50
Сливы свежие (2 шт.) 150 Итого 400 Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Итого400УжинГорошек зеленый консервированный100Картофель отварной200Кнели из кур100/10Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30		
Ужин Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Горошек зеленый консервированный 100 Картофель отварной 200 Кнели из кур 100/10 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		400
Картофель отварной200Кнели из кур100/10Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30		100
Кнели из кур100/10Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30		
Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30		
Хлеб ржаной**	Кнели из кур	
Напиток из шиповника*	•	30
	Напиток из шиповника*	200

Итого	730
2-й Ужин	
Пряники	20
Простокваша	200
Итого	220
4-й день	
Завтрак	20
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Крупеник	100/5
Каша молочная из манной крупы	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Какао с молоком	200
Итого	625
Обед	T 0 / 7 0
Перец, редис (порциями)	50/50
Щи из свежей капусты с картофелем	250
Макаронные изделия отварные	200
Поджарка из мяса	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1050
Полдник	
Булочка Домашняя	50
Сок фруктовый в ассортименте	200
Банан	150
Итого	400
Ужин	
Капуста тушеная с яблоками	100
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из яблок	200
Итого	720
2-й Ужин	
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
5-й день	
Завтрак	20
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Оладьи из творога с повидлом	50/20
Каша молочная пшенная	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	590
Обед	1
Огурец, помидор (порциями)	50/50

Суп крестьянский с крупой	250
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из ягод	200
Итого	1000
Полдник	
Ватрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши 1 шт.	150
Итого	410
Ужин	110
Свекла тушеная в сметанном соусе	100
Картофельное пюре	200
Тефтели из говядины с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
*	200
Напиток клюквенный	
Итого	720
2-й Ужин	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
6-й день	
Завтрак	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Яйцо отварное	40
Каша молочная рисовая	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Чай с лимоном*	200
Итого	680
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Рассольник ленинградский	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Котлеты рубленные из птицы с соусом красным основным	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из мандаринов	200
Итого	1050
	1030
Полдник	7.5
Пирог открытый	75
Сок фруктовый в ассортименте	200
Персик	200
Итого	475
Ужин	100
Икра кабачковая промышленного производства	100
Запеканка картофельная с мясом Хлеб пшеничный**	+ 200
	90
Запеканка картофельная с мясом	300

Хлеб ржаной**	30
Кисель из яблок	200
Итого	720
2-й Ужин	
Пряник	20
Ряженка	200
Итого	220
7 ×	
7-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Пудинг из творога (запеченный) с молочным соусом	90/45
Суп молочный с макаронными изделиями	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток	200
Итого	655
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Картофель отварной с маслом сливочным	200/7
Шницель рыбный натуральный	100/5
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1012
Полдник	
Гребешок из дрожжевого теста	80
Сок фруктовый в ассортименте	200
Яблоко свежее 1 шт.	150
Итого	430
Ужин	
Морковь тушеная с яблоками	100
Макаронные изделия отварные	200
Котлета из птицы с маслом сливочным	100/10
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	730
2-й Ужин	
Вафли	20
Простокваша	200
Итого	220
8-й день	
Завтрак	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Каша молочная рисовая	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	205

Итого	645
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп-харчо	250
Макаронные изделия отварные	150
Поджарка из говядины	100/50
Хлеб ржаной	60
Хлеб пшеничный	90
Компот из смеси сухих фруктов*	200
Итого	1000
	1000
Полдник	(0
Булочка Домашняя	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Сливы 2 шт.	150
Итого	410
Ужин	1400
Капуста тушеная с яблоками	100
Пюре картофельное	200
Кнели куриные с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из плодов шиповника*	200
Итого	720
2-й Ужин	
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
9-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Каша "Дружба"	205
Омлет с морковью	90/5
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	610
Обед	010
Салат из свеклы с сыром	100
Щи из свежей капусты с картофелем	250
, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	200
Макаронные изделия отварные	100/30
Поджарка из мяса	
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1050
Полдник	
Ватрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши свежие 1 шт.	150
Итого	410
Ужин	

Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	207
Итого	777
2-й Ужин	111
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
10-й день	240
Завтрак	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Каша "Геркулес"	200/10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	640
Обед	0.10
Морковь, сельдерей (порциями)	50/50
Борщ с капустой и картофелем	250
Рис отварной	200
Бефстроганов из отварной говядины со сметанным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из смеси сухофруктов*	200
Итого	1050
Полдник	
Крендель сахарный	50
Сок в ассортименте	200
Банан	200
Итого	450
Ужин	1 10 0
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток брусничный	200
Итого	770
2-й Ужин	1 * * *
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
11-й день	1
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Каша пшеничная молочная	200/10
	<u> </u>

Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	90/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай фруктовый*	200
Итого	630
Обед	050
Салат из белокочанной капусты с морковью	100
	250
Суп с макаронными изделиями Овощи отварные	200
Котлеты "Школьные"	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
	200
Компот из свежих плодов	
Итого	1000
Полдник	100
Мороженное "Пломбир" в вафельном стаканчике	100
Отвар шиповника	200
Яблоко	150
Итого	450
Ужин	
Салат из свежих помидоров с перцем	100
Картофельное пюре	200
Печень тушеная в сметанном соусе	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном	205
Итого	675
2-й Ужин	
Сушки	20
Ряженка	200
Итого	220
12-й день	
завтрак	
Биточки из пшенной крупы с творогом	200
Соус сладкий	30
Каша рисовая молочная	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Какао	200
Итого	720
Обед	•
Салат из сельдерея с яблоком и капустой, растительным маслом	100
Суп с клецками на курином бульоне	250
Курица запеченная с молочным соусом	150/30
Овощи запеченные	200
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	980
Полдник	700
Расстегай с рыбой	80
1 accretan e pincen	00

Сок фруктовый в ассортименте	200
Груша	150
Итого	430
Ужин	1.00
Капуста тушеная с яблоками	100
Жаркое по-домашнему	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Компот из яблок	200
Итого	720
2-й Ужин	120
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
	2.0
13-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Яйцо отварное	40
Каша геркулесовая	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	550
Обед	
Овощи свежие порциями (перец, редис)	50/50
Суп картофельный с фрикадельками	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Бефстроганов из говядины	150
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1030
Полдник	
Шанежка с картофелем	80
Сок в ассортименте	200
Нектарин	150
Итого	430
Ужин	
Салат из свежих огурцов	100
Картофель жаренный из отварного	200
Котлета из куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток брусничный	200
Итого	750
2-й Ужин	
Пряники	20
Кефир	200
Итого	220
14-й день	
Завтрак	

Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Каша "Геркулес"	250
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	680
Обед	
Салат из капусты и огурцов	100
Суп картофельный с бобовыми	250
Овощи отварные	50
Макаронные изделия отварные	150
Котлеты "Школьные"	100
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из кураги	220
Итого	1000
Полдник	,
Язычок из слоеного теста	60
Сок в ассортименте	200
Абрикосы 2 шт.	150
Итого	410
Ужин	
Салат "Греческий"	100
Запеканка картофельная	250
Котлета куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток клюквенный	200
Итого	800
2-й Ужин	
Зефир	20
Ряженка	200
Итого	220
	1 *

Вариант 2

Наименование блюд	Выход
1-й день	
Завтрак	
Сыр (например. Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Яйцо отварное	40
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Каша молочная манная	200/10
Какао	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Итого	682
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50

Суптерствивения с вумном 250	C	250
Котлеты из мяса с соусом 100/50 Хлеб ривной 60 Хлеб писпичний 90 Компог из смеси сухих фруктов 200 Игото 1000 Водома Домацияя 60 Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки свежие 1 шт. 150 Игото 410 Ужин 100 Картофельное пюре 200 Котлета из тицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб ряжаюй 30 Чай с молоком 200 Игото 200 Ужин 200 Игото 33 2-й жаной 30 Чай с молоком 200 Игото 220 2-й ужин 200 Игото 220 2-й ужин 200 Игото 220 2-й день 20 Кефир 200 Игото 220 Вавтрак 20 Съю (запример, Российский) 20	Суп крестьянский с крупой	250
Хлеб ржаной 60 Хлеб шеничный 90 Компот из смеси сухих фруктов 200 Итого 1000 Молик 1000 Булочка Домашияя 60 Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки свежие 1 шт. 150 Итого 410 Ужин ************************************		
Хлеб птеничный 90 Компот из смеси сухих фруктов 200 Итого 1000 Поланик Булочка Домашияя 60 Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки спежие 1 пт. 150 Итого 410 Ужин Морковь тушеная с яблоками 100 Картофельное шоре 200 Котлета из птищы с маслом сливочным 100/10 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 7330 2-й Ужин Печеные в потребительской упаковке 20 Ксфир 200 Итого 200 Котлета из птищы с маслом сливочным 200 Отого 7330 2-й Ужин Теченые в потребительской упаковке 20 Ксфир 200 Итого 300 Ит	<u> </u>	
Компот из смеси сухих фруктов 200 Итого 1000 Полдник 1000 Будочка Домашияя 60 Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки свежие 1 пт. 150 Итого 410 Ужин **** Морковь тупеная с яблоками 100 Картофельное пюре 200 Котиста из пицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб писничный 90 Хлеб писничный 90 Хлеб писничный 200 Итого 730 2-й Ужин **** Печенье в потребительской упаковке 20 Кефир 200 Итого 2-й день Завтрак Сыр (папример, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Капа молочная из тречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб ржаной** 50 Улеб ржаной** 50 Уай с цимноном 207 Итого <td></td> <td></td>		
Итого 10000 Полдинк ————————————————————————————————————		
Поступик Бупочка Домашняя 60 60 60 60 60 60 60		
Булочка Домашняя 60 Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки сежие 1 нгг. 150 Итого 410 Ужин		1000
Сок фруктовый в ассортименте 200 Яблоки свежие 1 шт. 150 Итого 410 Ужии 100 Морковь тушеная с яблоками 100 Картофельное шоре 200 Котлета из штицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужии 20 Печеные в потребительской упаковке 20 Кефир 200 Итого 220 2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 30 Чай с лимоном 200/10 Омлет с морковые 90/5 Хлеб ражаюй** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец,		
Яблоки свежие 1 шт. 150 Итого 410 Ужин ————————————————————————————————————		
Итого 410 Ужин 100 Картофельное пюре 200 Коглета из птицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб ражаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————		
Ужин 100 Морковь тушеная с яблоками 100 Картофельное шоре 200 Котлета из птицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Яблоки свежие 1 шт.	
Морковь тушеная с яблоками 100 Картофельное іноре 200 Котлета из пітицы с маслом сливочным 100/10 Хлеб писинчный 90 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Итого	410
Картофельное торе Котлета из птицы с маслом сливочным Котлета из птицы с маслом сливочным Леб траничный Ядаб томогом Зо Зо Чай с молоком Зо Итого Зо О Итого Зо О Итого Зо О Кефир Зо О Вагтрак Сыр (папример, Российский) Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Омлет с морковью Зо Каша молочная из гречневой крупы Зо О Касб траничный** Зо О Касб транионом Зо О Касб траномомомомомомомомомомомомомомомомомомом	Ужин	_
Котлета из птицы с маслом сливочным 90 Хлеб птеничный 90 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин Печеные в потребительской упаковке 20 Кефар 200 Итого 220 Итого 220 Вавтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из тречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 99/5 Хлеб птеничный** 50 Хлеб птеничный** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борш е капуетой и картофелем 250 Рис отварной 100/50 Хлеб птеничный** 90 Хлеб планеничный** 90 Кама отверныем 90 Кама от отверной 100/50 Компот из смеси сухофруктов 90 Полдник 100 Полдник 100 Полдник 150 Полдник 150 Полдник 150 Полдник 150 Кама от ужин 80 Кама от ужин 90 Картофель запеченный 900	Морковь тушеная с яблоками	100
Хлеб пшеничный 90 Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Картофельное пюре	200
Хлеб ржаной 30 Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Котлета из птицы с маслом сливочным	100/10
Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Хлеб пшеничный	90
Чай с молоком 200 Итого 730 2-й Ужин ————————————————————————————————————	Хлеб ржаной	30
Итого 730 2-й Ужин 20 Печеные в потребительской упаковке 20 Кефир 200 Итого 220 2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каниа молочная из гречнеой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 27 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник 100 Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассор	*	200
Печенье в потребительской упаковке 20 Кефир 200 Итого 220 2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник — Пребеннок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100	Итого	730
Печенье в потребительской упаковке 20 Кефир 200 Итого 220 2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник — Пребеннок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100		
Кефир 200 Итого 2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тупиеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб ржаной** 60 Компот из емеси сухофруктов 200 Итого 1050 Подник Пребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассорименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужии Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		20
2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник ————————————————————————————————————	1 ,	
2-й день Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречиевой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	1 1	
Завтрак Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Подник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		220
Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	2-й день	
Сыр (например, Российский) 20 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	Завтрак	
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Отурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Нолдник 150 Полдник 150 Ок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	Сыр (например, Российский)	20
Каша молочная из гречневой крупы 200/10 Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		10
Омлет с морковью 90/5 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	Каша молочная из гречневой крупы	200/10
Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	1 12	90/5
Хлеб ржаной** 30 Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Чай с лимоном 207 Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Итого 615 Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной*** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Обед Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Огурец, перец (порциями) 50/50 Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		013
Борщ с капустой и картофелем 250 Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		50/50
Рис отварной 200 Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Птица тушеная с соусом сметанным с томатом и луком 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	1	
Хлеб ржаной** 60 Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	Упоблицации и и **	
Компот из смеси сухофруктов 200 Итого 1050 Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Итого 1050 Полдник 80 Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин 100 Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	<u> </u>	
Полдник Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Гребешок из дрожжевого теста 80 Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		1030
Сок в ассортименте 200 Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин 100 Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		90
Фрукты свежие - груши 1 шт. 150 Итого 430 Ужин 100 Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		
Итого 430 Ужин	<u> </u>	
Ужин 100 Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200	10	
Кабачки тушеные в сметане 100 Картофель запеченный 200		430
Картофель запеченный 200		1.00
1 • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом 100/50		
	Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50

Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из плодов шиповника	200
Итого	770
2-й Ужин	1770
Вафли в потребительской упаковке	20
Ряженка	200
Итого	220
	220
3-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Суфле из моркови с творогом (паровое)	150
Каша молочная "Геркулес"	200
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	660
Обед	
Салат из белокочанной капусты с огурцом	100
Суп из овощей	250
Рис отварной	200
Тефтели со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из апельсинов	200
Итого	1050
Полдник	
Крендель сахарный	50
Сок в ассортименте	200
Сливы свежие (2 шт.)	150
Итого	400
Ужин	,
Горошек зеленый консервированный	100
Картофель отварной	200
Кнели из кур	100/10
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из шиповника*	200
Итого	730
2-й Ужин	
Пряники	20
Простокваша	200
Итого	220
4-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Крупеник	100/5
Каша молочная (ячневая)	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30

Какао с молоком	200
Итого	625
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Щи из свежей капусты с картофелем	250
Овощи отварные с маслом	200
Шницель рыбный натуральный	100/5
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1005
Полдник	1003
Булочка Домашняя	50
Сок фруктовый в ассортименте	200
Банан	150
Итого	400
Ужин	400
Ужин Капуста тушеная с яблоками	100
	300
Жаркое по-домашнему Хлеб пшеничный**	90
	30
Хлеб ржаной** Компот из яблок	200
Итого	720
2-й Ужин	720
Кекс	40
	200
Ряженка	240
Итого	240
5-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Оладьи из творога с повидлом	50/20
Каша молочная из кукурузной крупы	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	590
Обед	·
Редис, перец (порциями)	50/50
Суп крестьянский с крупой	250
Плов из птицы	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из ягод	200
Итого	1000
Полдник	·
Ватрушка с повидлом	60
Сок фруктовый в ассортименте	200
Груши 1 шт.	150
Итого	410
Ужин	1 ==
Свекла тушеная в сметанном соусе	100
	100

Картофельное пюре	200
Тефтели из говядины с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток клюквенный	200
Итого	720
2-й Ужин	120
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
6-й день	220
Завтрак	
Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Яйцо отварное	40
Каша молочная манная	200/10
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Чай с лимоном*	200
Итого	680
Обед	000
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Рассольник ленинградский	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Печень тушенная в соусе (говяжья)	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из мандаринов	200
Итого	1050
Полдник	1 2 3 3 3
Пирог открытый	75
Сок фруктовый в ассортименте	200
Персик	200
Итого	475
Ужин	1 112
Икра кабачковая промышленного производства	100
Запеканка картофельная с мясом	300
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Кисель из яблок	200
Итого	720
2-й Ужин	
Пряник	20
Ряженка	200
Итого	220
7-й день	,
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Пудинг из творога (запеченный) с молочным соусом	90/45
Каша молочная из овсяной крупы	200/10
	1 =

50
30
200
655
50/50
250
150
100/50
90
60
200
1000
1000
80
200
150
430
130
100
200
100/10
90
30
200
730
20
200
220
20
10
120
200/10
50
30
205
682
002
50/50
50/50
250
250 150
250 150 100/50
250 150 100/50 60
250 150 100/50 60 90
250 150 100/50 60 90 200
250 150 100/50 60 90
250 150 100/50 60 90 200 1000
250 150 100/50 60 90 200

Сливы 2 шт.	150
Итого	410
Ужин	120
Капуста тушеная с яблоками	100
Пюре картофельное	200
Кнели куриные с рисом	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток из плодов шиповника*	200
Итого	720
2-й Ужин	, 20
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
	220
9-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Каша молочная пшенная	205
Омлет с морковью	90/5
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	610
Обед	
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Щи из свежей капусты с картофелем	250
Рагу из овощей	200
Фрикадельки рыбные	100/5
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Кисель из кураги	200
Итого	1005
Полдник	
Ватрушка с повидлом	60
Сок в ассортименте	200
Груши свежие 1 шт.	150
Итого	410
Ужин	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	207
Итого	777
2-й Ужин	
Кекс	40
Ряженка	200
Итого	240
10-й день	
Завтрак	
Audi hay	

Сыр (Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Каша молочная из гречневой крупы	200/10
Йогурт (в потребительской упаковке)	120
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	640
Обел	040
73	50/50
Огурец, помидор (порциями)	250
Борщ с капустой и картофелем	200
Рис отварной	
Птица тушенная с соусом сметанным с томатом и луком	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из смеси сухофруктов*	200
Итого	1050
Полдник	
Крендель сахарный	50
Сок в ассортименте	200
Банан	200
Итого	450
Ужин	
Кабачки тушеные в сметане	100
Картофель запеченный	200
Рулет из говядины паровой со сметано-томатным соусом	100/50
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	30
Напиток брусничный	200
Итого	770
2-й Ужин	,
Печенье	20
Кефир	200
Итого	220
	220
11-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Каша молочная кукурузная	200/10
Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	90/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай фруктовый*	200
Итого	630
Обед	000
Огурец, помидор (порциями)	50/50
Суп с макаронными изделиями	250
	200
Овощи отварные	100
Гуляш из говядины	
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200

Ноденное "Пломбир" в вафельном стаканчике 100 Потакр иниовиника 200 Яблоко 150 Итого 450 Ужин	Итого	1000
Отвар шиновника 200 Яблоко 150 Итото 450 Ужин	Полдник	•
Отвар шиновника 200 Яблоко 150 Итото 450 Ужин	Мороженное "Пломбир" в вафельном стаканчике	100
Яблоко 150 Итото 450 Ужик 450 Ужик ————————————————————————————————————		200
Итого Ужин Салат из свежих помидоров с перцем 100 Картофельное шоре 200 Печень тупеная в еметанном соусе 100/50 Хлеб писичиный** 90 Хлеб писичиный** 30 Кисель плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Таженка 12-й деть. Таженка 12-й деть. Таженка 12-й деть. Таженка 200 Таженка 200 Об соуч молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб разной** 50 Хлеб разной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Отурец, помидор (порциями) 200 Сун с клецками на крупиом бульоне 250 Гефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные	*	150
Ужин 100 Салат из свежих помидоров с перцем 100 Картофъльное шоре 200 Печень тупеная в сметанном соусе 100/50 Хлеб писничный** 30 Киссль плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Рженка Итого 220 Рженка Итого Завтрак Зав	Итого	
Салат из свежих помидоров с перцем 100 Картофельное шоре 200 Печень тупенлая в еметациом соусе 100/50 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб пшеничный** 200 Итого 770 2-й Ужин 200 (Сутки 12-й день. Завтрак 12-й день. Завтрак 3 автрак Завтрак 200 Соус молочный салький 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб правной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какаю 200 Итого 720 Обел Огурен, помидор (порциями) Суг с кленками на курином бульове 250 Сурен, помидор (порциями) 50/50 Хлеб ржаной** 90 Хлеб ржаной** 90 Хлеб ржаной** 90 Компет из свежих плодов 200 <td></td> <td>1 2 2</td>		1 2 2
Картофельное пюре 200 Печень туписная в сметанию соусе 100/50 Хлеб пивеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Кисель плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Ряженка 200 12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Кава рисовая молочная 200 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Оуте с клецками на курином бульоне 250 Суп с клецками на курином бульоне 250 Суп с клецками на курином бульоне 250 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овопи залеченные 200 Хлеб руканой** 80 Компот из свежих плодов 200 Итого 430		100
Печень тушеная в еметанном соусе 100/50 Хлеб ряжной** 30 Кисель плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Ряженка 12-й день Завтрак		
Хлеб ржаной** 30 Киесль пиодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Сушки 20 Рженка 200 Итого 220 12-й день Завтрак Завтрак 30 Завтрак ванекака творожная с курагой 200 Соус молочнай сладкий 30 Кана рисовая молочная 200 Хлеб пиеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) 200 Итого 720 Обса Огурец, помидор (порциями) 50/50 Сун с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб ржаной** 60 Компот из вежих плодов 200 Итого 980 Полдник 150 Ружин 430 Канусте тушсная с яблоками 100 Жаркое по-		
Хлеб ржаной** 30 Кисель плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужип 20 Ряженка 200 Итого 220 12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пленичный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овопи запеченые 200 Хлеб пленичный** 90 Хлеб пленичный* 80 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 150 Ружин 100 Каркое по-домашнему 300 </td <td>Хлеб пленичный**</td> <td></td>	Хлеб пленичный**	
Кисель плодово-ягодный 200 Итого 770 2-й Ужин 20 Ряженка 200 Итого 220 12-й день Завтрак		
Итого 2-й Ужин Сушки 20 Ряженка 200 Итого 220 12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пиненичный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед 200 Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченный** 90 Хлеб пиненичный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Ка		
2-й Ужин 20 Сущки 200 Ряженка 200 Итого 220 12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огрец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овопи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 80 Итого 980 Итого 430 Ужии 100 Каркое по-домащиему 30 Хлеб пшеничный** 90		
Сушки 20 Ряженка 200 UTOTO 12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Капа рисовая молочная 200 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурсц, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Сорт с клецками на курином бульоне 250 Сорт с клецками на курином бульоне 200 Суп с клецками на курином бульоне 200 Компот из овядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченые 200 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Група 150 Итого 430 Ужин		1770
Ряженка 200 Итого 220 Итого 220 Итого 220 Итого 220 Итого 220 Итого 200 Обератирный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурси, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Итого 980 Итого 980 Итого 430 Ужин Какуста тушеная с яблоками 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 90 Хлеб пененичный** 90 Хлеб пененичный 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пененичный 300 Хлеб ржаной 200 Итого 430 Обератирный 300 Хлеб ржаной 300 Хлеб ржаной 200 Итого 430 Обератирный 300 Хлеб ржаной 300 Хлеб ржаной 200 Итого 720 Обератирный 200 Итого 720 Обератирный 720 Обератирны		20
12-й день Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пшепичный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обеа 200 Огурсц, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Расстетай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Група 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200		
Завтрак Запеканка творожная с куратой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед ————————————————————————————————————		
Завтрак Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежи плодов 200 Итого 980 Полдник 90 Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 100	111010	220
Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб писичный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб писничный** 90 Хлеб писничный** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 90 Растегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб писничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Уж	12-й день	
Запеканка творожная с курагой 200 Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб писичный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб писничный** 90 Хлеб писничный** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 90 Растегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб писничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Уж	Завтрак	
Соус молочный сладкий 30 Каша рисовая молочная 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итото 720 Обед Оурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдиик		200
Капа рисовая молочная 200 Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтсли из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Нолдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 100		
Хлеб пшеничный** 50 Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурсц, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстетай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Капуста тушеная с яблоками 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Хлеб ржаной** 30 Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстетай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужии 100 Каркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужии 40	Ульб пильшин и**	
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 % 10 Какао 200 Итого 720 Обед Отурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин Капуста тушеная с яблоками 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Какао 200 Итого 720 Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченые 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб ржаной** 90 Хлеб ржаной* 200 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин Кекс		
Турец, помидор (порциями) Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Обед Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Огурец, помидор (порциями) 50/50 Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		/20
Суп с клецками на курином бульоне 250 Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		50/50
Тефтели из говядины в молочном соусе 150/30 Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Овощи запеченные 200 Хлеб пшеничный** 90 Клеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40	_ · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Хлеб ржаной** 60 Компот из свежих плодов 200 Итого 980 Полдник Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Компот из свежих плодов200Итого980Полдник80Расстегай с рыбой80Сок фруктовый в ассортименте200Груша150Итого430Ужин100Капуста тушеная с яблоками100Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Итого 980 Полдник 80 Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Полдник80Сок фруктовый в ассортименте200Груша150Итого430Ужин100Капуста тушеная с яблоками100Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Расстегай с рыбой 80 Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин		980
Сок фруктовый в ассортименте 200 Груша 150 Итого 430 Ужин	• • •	
Груша150Итого430Ужин100Капуста тушеная с яблоками100Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Итого430Ужин100Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Ужин 100 Капуста тушеная с яблоками 100 Жаркое по-домашнему 300 Хлеб пшеничный** 90 Хлеб ржаной** 30 Компот из яблок 200 Итого 720 2-й Ужин 40		
Капуста тушеная с яблоками100Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		430
Жаркое по-домашнему300Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Хлеб пшеничный**90Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40	Капуста тушеная с яблоками	
Хлеб ржаной**30Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Компот из яблок200Итого7202-й Ужин40		
Итого7202-й Ужин40		30
2-й Ужин Кекс 40	Компот из яблок	200
Кекс 40	Итого	720
	2-й Ужин	
Ряженка 200	Кекс	40
	Ряженка	200

Итого	240
13-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж. 72,5 %	10
Омлет натуральный с зеленым горошком	90
Каша пшенная молочная	150
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Чай с лимоном*	200
Итого	550
	330
Обед	50/50
Овощи свежие в нарезке (огурец, помидор)	50/50
Суп картофельный с фрикадельками	250
Каша гречневая рассыпчатая	200
Птица в томатном соусе	150
Хлеб пшеничный**	70
Хлеб ржаной**	60
Компот из свежих плодов	200
Итого	1030
Полдник	
Шанежка с картофелем	80
Сок в ассортименте	200
Нектарин	150
Итого	430
Ужин	1
Салат из свежих огурцов	100
Картофель жаренный из отварного	200
Котлета из куриная	100
Хлеб пшеничный**	90
Хлеб ржаной**	60
Напиток брусничный	200
Итого	750
2-й Ужин	
Пряники	20
Кефир	200
Итого	220
14-й день	
Завтрак	
Сыр (например, Российский)	20
Масло сливочное (порциями) м.д.ж.72,5 %	10
Каша рассыпчатая кукурузная с фруктами	200
Пудинг рисовый со сгущенным молоком	150/20
Хлеб пшеничный**	50
Хлеб ржаной**	30
Кофейный напиток с молоком	200
Итого	680
Обед	·
Овощи свежие в нарезке (огурец, перец)	50/50
Суп картофельный с бобовыми	250
Овощи отварные	50
Макаронные изделия отварные	150
Transporting nogerital orbuptible	150

Рыба, запеченная в омлете	100	
Хлеб пшеничный**	70	
Хлеб ржаной**	60	
Компот из кураги	220	
Итого	1000	
Полдник		
Язычок из слоеного теста	60	
Сок в ассортименте	200	
Абрикосы 2 шт.	150	
Итого	410	
Ужин		
Салат "Греческий"	100	
Запеканка картофельная	250	
Котлета куриная	100	
Хлеб пшеничный**	90	
Хлеб ржаной**	60	
Напиток клюквенный	200	
Итого	800	
2-й Ужин		
Зефир	20	
Ряженка	200	
Итого	220	

Примечание:

- * можно готовить без добавления сахара, при подаче сахар можно подавать порционно (фасованный) или в сахарнице;
- ** рекомендуется отдавать предпочтение хлебу 2 сорта, обогащенным видам, в том числе с пищевыми волокнами.

Овощи урожая прошлого года (например, капусту, репчатый лук, корнеплоды) в период после 1 марта рекомендуется использовать только после термической обработки.

Приложение 2 к MP 2.4.0368-25

Рекомендуемая номенклатура, объем и периодичность проведения лабораторных и инструментальных исследований в организациях питания организаций отдыха детей и их оздоровления

Вид исследований	Объект исследования (обследования)	Количество, не менее	Кратность, не реже
Микробиологические исследования проб готовых блюд на соответствие санитарно-эпидемиологическим требованиям	Салаты, напитки, вторые блюда, гарниры, соусы, творожные, яичные, овощные блюда	2-3 блюда ис- следуемого приема пищи	1 раз в смену
Калорийность, выход блюд и соответствие химического состава блюд рецептуре	Рацион питания	1	1 раз в смену
Контроль проводимой витаминизации блюд	Третьи блюда	1 блюдо	1 раз в смену
Микробиологические исследования смывов на наличие санитарно-показательной микрофлоры (БГКП)	Объекты производ- ственного окружения, руки и спецодежда пер- сонала	5-10 смывов	1 раз в смену

Микробиологические исследо-	Оборудование, инвен-	5-10 смывов	1 раз в смену
вания смывов на наличие воз-	тарь в овощехранили-		
будителей иерсиниозов	щах и складах хране-		
	ния овощей, цехе обра-		
	ботки		
Исследования смывов на нали-	Оборудование, инвен-	5 смывов	1 раз в смену
чие яиц гельминтов	тарь, тара, руки, спец-		
	одежда персонала,		
	сырые пищевые		
	продукты (рыба, мясо,		
Исследования питьевой воды	Питьевая вода из разво-	2 пробы	1 раз в смену
на соответствие требованиям	дящей сети помеще-		
санитарных норм, правил и	ний: моечных столовой		
гигиенических нормативов по	и кухонной посуды;		
химическим и микробиологи-	цехах: овощном, холод-		
ческим показателям	ном, горячем,		
	доготовочном		

Приложение **3** к 2.4.0368-25

Справочная информация о пищевых продуктах для формирования конкурсной документации

N	Наименование пищевой продукции	Характеристики пищевой продукции*
1	абрикосы свежие	ГОСТ 32787-2014
2	абрикосы сушеные без косточки (курага)	ГОСТ 32896-2014
3	апельсины свежие	ΓΟCT 34307-2017
4	баклажаны свежие	ГОСТ 31821-2012
5	бананы свежие	ГОСТ Р 51603-2000
6	брусника быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
7	варенье	ГОСТ 34113-2017
8	виноград сушеный	ГОСТ 6882-88
9	вишня быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
10	горох шлифованный: целый или колотый	ГОСТ 28674-2019
11	горошек зеленый быстрозамороженный	ГОСТ Р 54683-2011
12	горошек зеленый консервированный	ГОСТ 34112-2017
13	груши свежие	ГОСТ 33499-2015
14	джем	ГОСТ 31712-2012
15	зелень свежая (лук, укроп)	ГОСТ 34214-2017
16	йогурт или биойогурт	ГОСТ 31981-2013
17	кабачки (цукини) быстрозамороженные	ГОСТ Р 54683-2011
18	кабачки свежие	ГОСТ 31822-2012
19	какао-напиток витаминизированный быстрорас-	ГОСТ 108-2014
	творимый	
20	капуста белокочанная свежая раннеспелая,	ГОСТ Р 51809-2001
	среднеспелая, среднепоздняя и позднеспелая	
21	капуста брокколи быстрозамороженная	ΓΟCT P 54683-2011
22	капуста брюссельская быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011
23	капуста квашеная	ГОСТ 34220-2017
24	капуста китайская (пекинская) свежая	ГОСТ 34323-2017
25	капуста свежая очищенная в вакуумной упаков-	ТУ изготовителя
	ке (белокочанная или краснокочанная)	
26	капуста цветная быстрозамороженная	ГОСТ Р 54683-2011

27		FOCT 22052 2016
27	капуста цветная свежая	FOCT 33952-2016
28	картофель продовольственный свежий	ΓΟCT 7176-2017
29	картофель свежий очищенный в вакуумной упа-	ТУ изготовителя
30	ковке	ГОСТ 31823-2012
-	киви свежие	
31	кисель	FOCT 18488-2000
32	кислота лимонная	ΓΟCT 908-2004
33	клубника быстрозамороженная	FOCT 33823-2016
34	клюква быстрозамороженная	FOCT 33823-2016
35	икра овощная из кабачков	ΓΟCT 2654-2017
36	консервы рыбные	ΓΟCT 7452-2014, ΓΟCT 32156-2013
37	крахмал картофельный	ΓΟCT P 53876-2010
38	крупа гречневая ядрица	ΓΟCT 5550-2021
39	крупа кукурузная шлифованная	ГОСТ 6002-2022
40	крупа овсяная	ГОСТ 3034-2021
41	крупа пшеничная	ГОСТ 276-2021
42	крупа пшено шлифованное	ГОСТ 572-2016
43	крупа рис шлифованный)	ГОСТ 6292-93
44	крупа ячменная перловая	ГОСТ 5784-2022
45	кукуруза сахарная в зернах, консервированная	ГОСТ 34114-2017
46	лавровый лист	ГОСТ 17594-81
47	лимоны свежие	ГОСТ 34307-2017
48	лук репчатый свежий	ГОСТ 34306-2017
49	лук репчатый свежий очищенный в вакуумной	ТУ изготовителя
50	мак пищевой	ГОСТ Р 52533-2006
51	макаронные изделия группы А (вермишель,	ГОСТ 31743-2017
	лапша)	
52	малина быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
53	мандарины свежие (не ниже 1 сорта)	ГОСТ 34307-2017
54	масло подсолнечное	ГОСТ 1129-2013
55	масло сладко-сливочное несоленое	ГОСТ 32261-2013
56	мед натуральный	ГОСТ 19792-2017
57	молоко питьевое	ГОСТ 32252-2013
58	молоко цельное сгущенное с сахаром	ГОСТ 31688-2012
59	молоко стерилизованное концентрированное	ГОСТ 3254-2017
60	морковь столовая свежая	ГОСТ 32284-2013
61	мука пшеничная хлебопекарная	ГОСТ 26574-2017
62	мясо, замороженное в блоках - говядина, для	ГОСТ 31799-2012
	детского питания	
63	мясо индейки охлажденное, замороженное	ГОСТ Р 52820-2007
64	натрий двууглекислый (сода пищевая)	ГОСТ 2156-76
65	нектарины свежие	ГОСТ 34340-2017
66	нектары фруктовые и фруктово-овощные	ГОСТ 32104-2013
67	огурцы консервированные без добавления ук-	ТУ производителя
	cyca	
68	огурцы свежие	ГОСТ 33932-2016
69	огурцы соленые стерилизованные	ГОСТ 34220-2017
70	перец сладкий свежий	ГОСТ 34325-2017
71	плоды шиповника сушеные	ГОСТ 1994-93
72	Повидло	ГОСТ 32099-2013
73	полуфабрикаты мясные крупнокусковые	ГОСТ Р 54754-2021
74	полуфабрикаты натуральные кусковые	ГОСТ 31465-2012
75	полуфабрикаты натуральные кусковые	ГОСТ 31465-2012
-	, , , ,	

76	редис свежий	ГОСТ 34216-2017
77	рыба мороженая (треска, пикша, сайра, минтай,	ΓΟCT 34210-2017 ΓΟCT 32366-2013
/ /	хек, окунь морской, судак, кефаль, горбуша,	10C1 32300-2013
	кета, нерка, семга, форель)	
78	салат свежий (листовой, кочанный)	ГОСТ 33985-2016
79	сахар-песок или сахар белый кристаллический	ΓΟCT 33983-2010 ΓΟCT 33222-2015
80	сахар-песок или сахар белый кристаллический	ΓΟCT 33222-2015
80	порционный	1001 33222-2013
81	свекла свежая очищенная в вакуумной упаковке	ТУ изготовителя
82	свекла столовая свежая	ГОСТ 32285-2013
83	сиропы на плодово-ягодном, плодовом или	ΓΟCT 28499-2014
0.5	ягодном сырье (без консервантов) в ассортимен-	1001 28499-2014
	те	
84	слива свежая	ГОСТ 32286-2013
85	сметана	ΓΟCT 31452-2012
86	смородина черная быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
87	соль поваренная пищевая выварочная йодиро-	ΓΟCT 93823-2010 ΓΟCT P 51574-2018
07	ванная	10011 313/4-2010
88	субпродукты - печень	ГОСТ 31799-2012
89	сухари панировочные из хлебных сухарей	ΓΟCT 28402-89
	высшего сорта	1001 20402 09
90	сыры полутвердые	ГОСТ 32260-2013
91	творог (не выше 9 % жирности)	ΓΟCT 31453-2013
92	томатная паста или томатное пюре без соли	ΓΟCT 3343-2017
93	томаты свежие	ГОСТ 34298-2017
94	тушки цыплят-бройлеров потрошенные охла-	ГОСТ Р 52306-2005
	жденные, замороженные	
95	фасоль продовольственная белая или красная	ГОСТ 7758-2020
96	фруктовая смесь быстрозамороженная	ГОСТ 33823-2016
97	фрукты косточковые сушеные (чернослив)	ГОСТ 32896-2014
98	хлеб белый из пшеничной муки	ГОСТ 26987-86, ГОСТ 31752-2012
99	хлеб из смеси муки ржаной хлебопекарной об-	ГОСТ 31752-2012, ГОСТ 31807-2018,
	дирной и пшеничной хлебопекарной	ГОСТ 26983-2015
100	хлеб зерновой	ГОСТ 25832-89
101	хлеб из муки пшеничной хлебопекарной, обога-	ТУ изготовителя
	щенный витаминами и минералами	
102	хлопья овсяные (вид геркулес, экстра)	ГОСТ 21149-2022
103	чай черный байховый в ассортименте	ГОСТ Р 32573-2013
104	черешня свежая	ГОСТ 33801-2016
105	яблоки свежие	ГОСТ 34314-2017
106	ядро ореха грецкого	ГОСТ 16833-2014
107	яйца куриные столовые	ГОСТ 31654-2012
108	крупа манная	ГОСТ 7022-2019
	чание:	
* - по І	ОСТ или по ТУ изготовителя с показателями не ни	иже ГОСТ.

Приложение **4** к MP 2.4.0368-25

1 Информационный портал Роспотребнадзора о здоровом питании: здоровое-питание.рф (в свободном доступе)



- 2 Информационные материалы ФБУЗ "Центр гигиенического образования населения" Роспотребнадзора
- 2.1 Материалы Образовательного центра по вопросам здорового питания

2.2. Лаборатория здорового питания

2.3. Анимационные видеоролики "Ваня - здоровое питание это просто"

- 3 Информационные материалы ФБУН "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены" Роспотребнадзора
- 3.1. Информация о здоровом питании







Библиографические ссылки

- $1.~\Phi$ едеральный закон от $30.03.1999~N~52-\Phi3$ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения".
- 2. Федеральный закон от $02.01.2000~\mathrm{N}$ 29-ФЗ "О качестве и безопасности пищевых продуктов".
- 3. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения".
- 4. СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".
- 5. СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".
- 6. Приказ Минздрава России от 15.12.2014 N 834н "Об утверждении унифицированных форм медицинской документации, используемых в медицинских организациях, оказывающих медицинскую помощь в амбулаторных условиях, и порядков по их заполнению".
- 7. MP 2.4.0162-19 "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)".
- 8. МР 2.4.5.0146-19 "Организация питания детей дошкольного и школьного возраста в организованных коллективах на территории Арктической зоны Российской Федерации".
- 9. Приказ Роспотребнадзора от 07.07.2020 N 379 "Об утверждении обучающих (просветительских) программ по вопросам здорового питания".
- 10. Приказ Роспотребнадзора от 27.02.2019 N 97 "Об организации деятельности научнометодических и образовательных центров по вопросам здорового питания".
- 11. Никуленкова Т.Т., Ястина Г.М. Проектирование предприятий общественного питания. М.: КолосС, 2006. 247 с.