



СОГЛАСОВАНО
Заведующий ГБДОУ д/с № 3

М.В. Маврозов Е.В.

« 01 » сентября 2026 г.



УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
АО «Комбинат социального питания»
В.С. Сташкова /С.С. Сташкова/

« 01 » сентября 2026 г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет, посещающих с 24 часовым пребыванием дошкольное образовательное учреждение, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность ккал	Сборник	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		ТК №	Год издания
1 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом	30	3,24	4,1	7,0	62,0	1	2012
Каша пшеничная жидкая с маслом сливочным	205	7,2	8,3	35,0	262,4	189	2008
Чай с лимоном	180/6/7	0,12	0,0	8,52	36,0	Тк №038	Регистр УСП 202
Итого за прием пищи:	428	10,56	12,4	50,52	360,4		
II Завтрак							
Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	96	Тк №006	Регистр УСП 2021
Итого за прием пищи:	100	1,5	0,5	21	96		
Обед							
Огурец соленый	50	0,38	0,0	0,88	6,5	Тк №017	Регистр УСП 2021
Суп картофельный с клецками, говядиной, зеленью петрушки	200/10/10 /1	5,0	7,7	11,0	121	85	2012
Суфле из рыбы	80	6,1	6,4	3,3	125	268	2012
Пюре картофельное с морковью	150	3,0	4,8	19,5	134,3	322	2012
Напиток витаминизированный	200	6,2	2,7	4,7	171	Тк №052	Регистр УСП 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УСП 2021
Батон обогащенный микронутриентами	20	1,5	0,6	10,3	52,4	Тк №012	Регистр УСП 2021
Итого за прием пищи	746	23,88	22,4	60,28	661,2		
Полдник							
Молоко кипяченое	200	5,9	4,0	9,7	126	434	2008
Печенье	50	7,0	9,0	37,2	248,6	Тк № 057	Регистр УСП 2021
Итого за прием пищи	250	12,9	13,0	46,9	374,6		
Ужин							
Плов из птицы	200	20,0	18,5	33,5	204	304	2012
Чай с сахаром	180/6	0,0	0,0	8,4	34	Тк №035	Регистр УСП 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УСП 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,8	0,8	12,8	65,5	Тк №021	Регистр УСП 2021
Итого за прием пищи	436	23,5	19,5	65,3	354,5		
2-й Ужин							
Кефир	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	
Всего за день		77,74	70,8	251,2	1902,5		

2 день							
Завтрак							
Бутерброд с сыром	40	4,52	9,20	13,3	92	3	2012
Каша овсяная «Геркулес» жидкая с маслом сливочным	200	6,7	9,7	24,4	211	189	2008
Чай с молоком	180	3,2	1,8	13,6	77	Тк №040	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи	420	14,42	20,7	51,3	380		
II Завтрак							
Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,9	44,2	368	2012
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,4	9,9	44,2	368	
Обед							
Помидор свежий	50	0,5	0,13	1,9	12,0	Тк №014	Регистр УС 2021
Суп картофельный с макаронными изделиями, птицей и зеленью петрушки	200/10/1	4,2	5,2	6,6	118,0	82	2012
Запеканка из печени с рисом	200	19,3	21,0	22,0	355	294	2012
Напиток из плодов шиповника	180	0,6	0,24	22,0	93,0	441	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	20	1,36	0,16	8,5	41,3	Тк №003	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,08	0,5	7,7	39,3	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	676	27,04	27,23	68,7	658,6		
Полдник							
Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,8	78	442	2008
Булочка молочная	70	2,8	6,4	0,4	210	477	2008
Итого за прием пищи:	250	3,76	6,64	18,2	288		
Ужин							
Рыба припущенная в молоке	70	8,3	0,46	0,3	144,4	246	2012
Картофель отварной	180	0,4	0,09	30,6	95	333	2008
Компот из апельсинов	180	0,6	0,24	22,0	43,0	Тк №54	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,8	0,8	12,8	65,5	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	480	12,8	1,79	76,3	398,9		
2-й ужин							
Ряженка	180	3,2	1,8	7,6	72	435	2008
Итого за прием пищи:	180	3,2	1,8	7,6	72		
Всего за день:		61,62	58,56	232,0	1841,7		

3 день							
Завтрак							
Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68	2	2012
Салат из горошка зеленого консервированного	50	1,5	2,7	3,0	40,5	10	2012
Омлет натуральный	150	15,4	21,0	2,9	149,0	214	2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	12,7	84	Тк №028	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	410	21,1	28,2	34,4	341,5		
II Завтрак							
Фрукты свежие	120	0,97	0,37	13,85	63,6	Тк №053	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	120	0,97	0,37	13,85	63,6		
Обед							
Огурец свежий	50	0,4	0,0	1,3	7,0	Тк №054	Регистр УС 2021
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	4,5	2,4	12,5	90	83	2012
Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным	70/70	12,18	17,78	15,68	270,2	336/397	2024
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,2	5,9	33,0	248	191	2008
Чай с вареньем	180/15	0,12	0,0	8,2	33,6	393	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	15	1,0	0,12	6,4	31,0	Тк №003	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,1	0,5	7,7	39,3	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	765	26,5	26,7	84,78	719,1		
Полдник							
Булочка домашняя	50	3,6	5,93	8,3	207,3	467	2008
Кисель из яблок	200	0,13	0,13	25,2	117,1	Тк №042	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	250	3,73	6,06	33,5	324,4		
Ужин							
Сыр (порциями)	15	3,47	4,47	0,0	24	14	2008
Голубцы ленивые	200	16	16,1	14,2	163	298	2012
Напиток лимонный	180	0,12	0,01	16,9	64,8	Тк №049	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,04	0,24	12,7	61,2	Тк №055	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,8	0,8	12,8	65,5	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	450	23,43	21,62	56,6	378,5		
2-й ужин							
Биокефир	180	3,75	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи:	180	3,75	3,0	7,2	55,8		
Итого за день:		79,48	85,95	230,33	1882,9		

4 день

Завтрак

Бутерброд с маслом	30	3,24	4,1	7,0	62,0	1,0	2012
Каша манная жидкая с маслом сливочным	205	6,0	8,0	27	203	189	2008
Какао с молоком	180	3,8	3,2	15,6	107	Тк №043	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	415	13,04	15,3	49,6	372		

II Завтрак

Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21,0	96	Тк №006	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	100	1,5	0,5	21,0	96,0		

Обед

Салат картофельный	50	0,8	7,6	6,0	96,0	43	2008
Борщ с капустой и картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	5,6	8,3	10,3	131,0	57	2012
Пудинг рыбный запеченный	80	10,1	5,3	20,1	180	269	2012
Овощи припущенный в сметанном соусе	150	2,5	2,0	9,8	67	129	2008
Чай с сахаром	180/6	0,0	0,0	8,4	34	Тк №035	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,04	0,24	12,7	61,2	Тк №055	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	30	2,3	0,9	15,5	79,2	Тк №056	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи	741	23,34	24,34	82,80	648,4		

Полдник

Йогурт в инд. упаковке	125	3,5	3,13	5,6	70,6	Тк №005	Регистр УС 2021
Компот из изюма	180	0,36	0,2	25	102	376	2012
Печенье	50	7,0	9,0	37,2	248,6	Тк №057	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи	355	10,86	12,33	67,8	421,2		

Ужин

Запеканка из творога	175	17,7	9,0	16,1	156,6	237	2012
Соус молочный (сладкий)	35	0,9	2,3	6,5	17,5	367	2008
Молоко кипяченое	200	6,0	4,0	9,8	98,9	434	2008
Батон обогащенный микронутриентами	40	3,0	1,2	20,6	105,6	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи	450	27,6	16,5	53	378,6		

2-й ужин

Кефир	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи	180	5,4	3,0	7,2	55,8		
Всего за день:		81,74	71,97	281,4	1972,0		

5 день

Завтрак

Бутерброд с джемом	30	1,4	2,1	15,8	68	2	2012
Каша из пшена и риса молочная жидкая («Дружба»)	200	6,2	10,0	26,8	209	190	2008
Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77	Тк №026	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	410	10,8	14,9	56,2	354,0		

II Завтрак

Фрукты свежие	100	0,40	0,33	10,3	47	Тк №058	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	100	0,40	0,33	10,3	47		

Обед

Яйцо вареное	40	4,9	4,5	0,3	63	213	2008
Салат из свеклы	50	0,8	2,9	1,5	45,6	33	2012
Щи из свежей капусты с картофелем, говядиной, сметаной, зеленью петрушки	200/10/5/1	5,5	8,2	7,4	115,0	67	2012
Запеканка картофельная с мясом	200	8,4	12,0	13,3	269	291	2012
Компот из кураги	180	0,36	0,0	25	50	Тк №044	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	15	1,02	0,12	6,36	30,6	Тк №003	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,1	0,5	7,7	39,3	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	716	23,63	28,22	61,56	612,5		

Полдник

Ватрушка с творогом	70	2,4	11,3	48	227,5	249	2014
Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,76	78	442	2008
Итого за прием пищи:	250	3,36	11,54	65,76	305,5		

Ужин

Помидор свежий	40	0,48	0,08	1,54	7,31	Тк №001	Регистр УС 2021
Макароны отварные с сыром	200	10,5	9,07	38,1	277,07	Тк №54г-3	2022
Чай с лимоном	180/6/7	0,12	0,0	8,52	36	Тк №038	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	15	1,02	0,12	6,36	30,6	Тк №003	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,1	0,5	7,7	39,3	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	463	13,22	9,77	62,22	390,28		

2-й ужин

Ряженка	180	3,24	1,8	7,6	72	435	2008
Итого за прием пищи:	180	3,24	1,8	7,6	72		
Всего за день:		53,1	66,56	263,64	1781,28		

6 день

Завтрак

Бутерброд с сыром	40	4,52	9,2	13,3	92	3	2012
Каша пшенная жидкая с маслом сливочным	205	7,2	8,3	35	224	189	2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	12,7	84	Тк №028	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	425	14,52	19,9	61,0	376		

II Завтрак

Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,76	78,0	442	2008
Итого за прием пищи:	180	0,96	0,24	17,76	78,0		

Обед

Огурец свежий	50	0,4	0,0	1,3	7,0	Тк №054	Регистр УС 2021
Суп картофельный с горохом и гречками	200/10	3,6	4,5	20,0	161	81	2012
Фрикадельки рыбные отварные	80	8,5	16,1	7,9	161,3	263	2012
Овощи в молочном соусе	130	1,84	0,1	8,5	75,2	338	2008
Кисель из яблок	180	0,12	0,12	22,7	104,4	Тк №042	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,04	0,24	12,72	61,2	Тк №055	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	35	2,63	1,05	18,1	92,4	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	715	19,13	22,11	91,22	662,5		

Полдник

Печенье	50	7,0	9,0	37,2	248,6	Тк №057	Регистр УС 2021
Чай с вареньем	180/15	0,1	0,05	10,1	41,6	392	2012
Йогурт в инд. упаковке	125	3,5	3,13	5,6	70,6	Тк №005	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	370	10,6	12,18	52,9	360,8		

Ужин

Помидор свежий (порционно)	100	0,01	0,0	0,03	9	Тк №055	Регистр УС 2021
Котлета мясная (говядина)	70	12,5	12,6	10,2	99,3	282	2012
Пюре картофельное с морковью	150	2,9	2,5	19,6	81	125	2008
Напиток витаминизированный	200	6,2	2,7	4,7	101	Тк №022	Регистр УС 2021
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	20	1,5	0,6	10,32	36,8	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	565	24,81	18,6	55,45	378,1		

2-й ужин

Биокефир	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи:	180	5,4	3,0	7,2	55,8		
Всего за день:		75,42	76,03	285,53	1935,2		

7 день

Завтрак

Бутерброд с маслом	30	3,24	4,1	7,0	62,0	1	2012
Салат из горошка зеленого консервированного	50	1,5	2,7	3,0	40,5	10	2012
Омлет натуральный	150	15,4	21,0	2,9	149,0	214	2008
Какао с молоком	180	3,8	3,2	15,6	107,0	Тк № 029	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	410	23,94		28,5	358,5		

II Завтрак

Фрукты свежие	100	0,4	0,33	10,3	47	Тк №058	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	100	0,4	0,33	10,3	47		

Обед

Салат из моркови и яблок	50	0,43	0,05	3,94	41,3	40	2012
Рассольник Ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/5	5,5	4,5	4,0	159	76	2012
Котлета рубленая из птицы	70	13,1	2,75	10,9	120,2	305	2012
Пюре из свеклы	150	2,4	5,6	15,6	121,8	324	2012
Компот из изюма	180	0,4	0,0	7,0	102	376	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,88	0,75	12,9	66,0	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	715	25,41	13,85	64,94	661,30		

Полдник

Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,8	78	442	2008
Булочка «творожная»	70	10,22	3,22	40,95	201,6	479	2008
Итого за прием пищи:	250	11,18	3,46	58,75	279,6		

Ужин

Рыба запеченная с яйцом	70	4,1	7,4	11,4	102	Тк №058	Регистр УС 2021
Овощи припущенные в сметанном соусе	150	2,3	2,0	9,8	108,4	129/371	2008
Чай с вареньем	180/10	0,12	0,0	8,2	33,6	393	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,88	0,75	12,9	66,0	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	460	10,1	10,35	52,9	361,0		

2-й ужин

Кефир	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи:	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	
Всего за день:		76,43	61,99	222,59	1763,2		

8 день

Завтрак

Бутерброд с сыром	30	3,39	6,9	10,0	69,0	3	2012
Каша манная жидкая с маслом сливочным	205	5,7	2,7	33,7	232	189	2008
Чай с молоком	180	3,2	2,8	13,6	77	Тк №026	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	415	12,29	12,4	57,3	378		

II Завтрак

Фрукты свежие	120	0,96	0,24	9,0	45,6	Тк № 052	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	120	0,96	0,24	9,0	45,6		

Обед

Огурец свежий	50	0,38	0,0	1,3	7,0	Тк №054	Регистр УС 2021
Суп картофельный с курой и с зеленью петрушки	200/10/1	6,0	4,4	16,0	159,9	81	2012
Пудинг из печени с морковью	90	21,4	11,0	3,3	231,6	120	2014
Рагу овощное (3-й вариант)	150	2,4	6,9	13,4	125,1	344	2012
Кисель из джема	180	0,12	0,0	36,0	144	410	2008
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	15	1,02	0,12	6,35	30,6	Тк №003	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	15	1,08	0,5	7,7	39,3	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	711	32,4	22,92	84,05	737,5		

Полдник

Печенье	50	7	9	37,2	248,6	Тк №057	Регистр УС 2021
Чай с сахаром	180/6	0,0	0,0	8,4	34	Тк №035	Регистр УС 2021
Йогурт в инд. упаковке	125	3,5	3,13	5,6	70,6	Тк №005	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	361	10,5	12,13	51,2	353,2		

Ужин

Запеканка из творога	175	17,7	9,0	16,1	156,6	237	2012
Молоко кипяченое	180	5,4	3,6	8,82	89	434	2008
Батон обогащенный микронутриентами	35	1,89	0,88	13,5	74	Тк №004	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	390	24,99	13,48	38,42	319,6		

2-й ужин

Ряженка	180	3,2	1,8	7,6	72	435	2008
Итого за прием пищи:	180	3,2	1,8	7,6	72		
Всего за день:		84,34	62,97	247,57	1905,9		

9 день

Завтрак

Бутерброд с джемом	30	1,4	2,10	15,8	68	2	2012
Каша овсяная «Геркулес» жидкая	200	6,7	9,7	24,4	211	189	2008
Кофейный напиток с молоком	180	2,8	2,4	12,7	84	Тк №028	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	410	10,9	14,2	52,9	363		

II Завтрак

Фрукты свежие	100	1,5	0,5	21	96	Тк №006	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	100	1,5	0,5	21	96		

Обед

Огурец соленый	70	0,53	0,0	0,9	6,5	Тк №017	Регистр УС 2021
Борщ с капустой, с картофелем, говядиной и сметаной	200/10/5	5,6	8,3	10,3	174	57	2012
Рыба (филе) отварная	80	14,7	0,5	0,0	165	228	2012
Пюре картофельное	150	3,2	5,0	21,3	147	335	2012
Чай с лимоном	180/6/7	0,12	0,0	8,52	36	393	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,04	0,24	12,72	61,2	Тк №055	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	25	1,8	0,8	12,8	65,5	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	763	27,99	14,84	66,54	655,2		

Полдник

Сок фруктовый	180	0,96	0,24	17,8	78	442	2008
Пирожок печеный с яблочным фаршем	75	4,13	3,87	32,88	182,51	451/462	2008
Итого за прием пищи:	255	5,09	4,11	50,68	260,51		

Ужин

Голубцы ленивые	170	13,6	13,6	12,1	162	298	2012
Соус сметанный	30	0,42	1,5	1,76	27,2	354	2012
Чай с вареньем	180/15	0,12	0,0	8,2	33,6	393	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	30	2,04	0,24	12,72	61,2	Тк №055	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микронутриентами	30	2,2	0,96	15,4	78,6	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	455	18,38	16,3	50,18	362,6		

2-й ужин

Биокефир	180	3,75	3	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи:	180	3,75	3	7,2	55,8		
Всего за день:		67,61	52,95	248,5	1793,11		

10 день							
Завтрак							
Бутерброд с маслом	40	4,32	5,5	9,4	82,7	1	2012
Каша рисовая жидкая с сахаром	200	5,1	6,8	27,9	267	189	2008
Чай с сахаром	180/6	0,0	0,0	7,0	28,0	Тк №035	Регистр УС 2021
Итого за завтрак:	426	9,42	12,3	44,3	377,7		
II Завтрак							
Фрукты свежие	120	0,97	0,37	13,85	63,6	Тк №053	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	120	0,97	0,37	13,85	63,6		
Обед							
Яйцо вареное	40	4,9	4,5	0,3	63	213	2008
Салат из свеклы	50	0,8	2,9	1,5	45,6	33	2012
Рассольник с говядиной и сметаной	200/10/5	5,7	7,5	13,1	109,2	73	2012
Суфле куриное	70	10,4	4,0	9,3	115,3	310	2012
Макаронные изд. отварные с маслом	160	5,8	4,7	37,1	120	205	2012
Компот из изюма	180	0,36	0,0	7,0	39	376	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,7	0,2	10,6	51,0	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микроэлементами	20	1,52	0,6	10,32	52,4	Тк №012	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	760	31,18	24,4	89,22	595,5		
Полдник							
Компот из апельсинов	180	0,6	0,24	22	43	Тк №054	Регистр УС 2021
Сдоба обыкновенная	70	5,32	9,94	34,72	188	464	2008
Итого за прием пищи:	250	5,92	10,18	56,72	231		
Ужин							
Огурец свежий	50	0,4	0,0	1,25	7	Тк №054	Регистр УС 2021
Жаркое по-домашнему	170	19,8	18,7	19,2	162,5	276	2012
Компот из кураги	180	0,36	0,0	25,0	92	376	2012
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микроэлементами	25	1,7	0,2	10,6	51	Тк №016	Регистр УС 2021
Батон обогащенный микроэлементами	25	1,9	0,75	12,9	65,5	Тк №021	Регистр УС 2021
Итого за прием пищи:	450	24,16	19,65	68,95	378		
2-й ужин							
Кефир	180	5,4	3,0	7,2	55,8	435	2008
Итого за прием пищи:	180	5,4	3,0	7,2	55,8		
Всего за день:		77,05	69,9	280,24	1701,6		

ДНИ	Б, г	Ж, г	У, г	Э.ц. Ккал
Всего за 1 день	77,74	70,8	251,2	1902,5
Всего за 2 день	61,62	58,56	232,0	1841,7
Всего за 3 день	79,48	85,95	230,33	1882,9
Всего за 4 день	81,74	71,97	281,4	1972,0
Всего за 5 день	53,1	66,56	263,64	1781,28
Итого за неделю	353,68	353,84	1258,57	9380,92
В среднем за 1 день	70,74	70,77	251,71	1876,18
Всего за 6 день	75,42	76,03	285,53	1935,2
Всего за 7 день	76,43	61,99	222,59	1763,2
Всего за 8 день	84,34	62,97	247,57	1905,9
Всего за 9 день	67,61	52,95	248,5	1793,11
Всего за 10 день	77,05	69,9	280,24	1701,6
Итого за неделю	380,85	323,84	1284,43	9095,41
В среднем за 1 день	76,17	64,77	256,89	1819,08

С 01.03 в рецептурах блюд лук репчатый используемый в блюдах без термической обработки меняется на - лук зеленый.

Используемые сборники:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга СПб: Речь, 2008-800 с., под редакцией Куткиной М.Н.
2. Сборник методических рекомендаций по использованию рецептур блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга. СПб. Речь, 2012, 160 с., под редакцией Куткиной М.Н.
3. Сборник технологических карт, рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания, Уфа 2014 издание 4-е, переработанное и дополненное .
4. Реестр технологических карт Управления социального питания 2021,2024г.г.
5. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания в общеобразовательных организациях.Пособие. - М; ФЦГиЭ Роспотребнадзора,2022, - 275с.

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам, джемам, напиткам, сезонные замены фруктов и овощей.