

"СОГЛАСОВАНО"

Директор Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения

*Средней общеобразовательной  
школе № 344 Курортного р-на*

*Санкт-Петербург 22*

*И. А. Тетрун*

27 " \_\_\_\_\_ " 2022 г.

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор  
ООО "Воскресенье"



М.П. Савельева /

" \_\_\_\_\_ " 2022 г.

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

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	71,70
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,40	7,30	26,30	188,50
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,00	0,00	8,90	36,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,00	113,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>655</b>	<b>19,20</b>	<b>28,20</b>	<b>75,10</b>	<b>642,20</b>
<b>Обед</b>							
2008	33	РЕДИС С ОГУРЦАМИ	100	1,00	2,60	3,10	40,40
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/5	1,80	4,20	11,00	90,00
2008	272	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	100	16,10	14,30	15,00	253,10
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	200	3,90	6,10	31,70	198,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ. С	180	0,20	0,20	24,40	100,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>955</b>	<b>30,00</b>	<b>29,10</b>	<b>131,20</b>	<b>908,70</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,80	9,10	101,70
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,80	6,90	29,90	197,30
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>9,90</b>	<b>12,30</b>	<b>53,70</b>	<b>369,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>59,10</b>	<b>69,60</b>	<b>260,00</b>	<b>1 920,40</b>
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,80	8,60	23,10	193,50
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,50	2,80	13,30	93,30
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>460</b>	<b>18,90</b>	<b>17,70</b>	<b>67,50</b>	<b>507,00</b>
<b>Обед</b>							
2008	58/355	СЕЛЬДЬ С ГАРНИРОМ	30/100	6,60	10,10	8,10	151,50
2008	96	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С ГОВЯДИНОЙ	250/25	9,10	12,90	11,50	198,40
2008	34	ПУЛИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	100	21,20	11,70	3,60	228,20

2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,30	22,00	92,70
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>985</b>	<b>48,60</b>	<b>45,30</b>	<b>109,10</b>	<b>1 062,80</b>
<b>Полдник</b>							
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,10	0,00	21,40	87,90
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ	50	2,30	1,10	15,90	82,30
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (СЛИВЫ)	150	1,20	0,50	14,00	71,30
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>3,60</b>	<b>1,60</b>	<b>51,30</b>	<b>241,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>71,10</b>	<b>64,60</b>	<b>227,90</b>	<b>1 811,30</b>
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	37,20	23,80	37,50	519,50
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,00	1,10	14,40	75,30
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,00	113,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>670</b>	<b>49,40</b>	<b>39,90</b>	<b>91,80</b>	<b>940,40</b>
<b>Обед</b>							
2008	22	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	100	1,20	2,70	3,60	45,30
2008	75	БОРЩ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/25/10	8,80	10,20	10,70	171,50
2008	239	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	100	12,90	3,50	15,00	142,70
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	200	3,90	7,40	26,00	187,70
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,10	23,50	92,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>965</b>	<b>33,90</b>	<b>25,60</b>	<b>124,80</b>	<b>866,40</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,80	9,10	101,70
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,60	2,10	26,60	141,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	150	0,60	0,50	15,50	70,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>9,70</b>	<b>7,40</b>	<b>51,20</b>	<b>313,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>93,00</b>	<b>72,90</b>	<b>267,80</b>	<b>2 120,00</b>
<b>4 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	71,70
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,40	7,80	30,50	218,30
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,00	0,10	36,90
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>450</b>	<b>15,80</b>	<b>23,70</b>	<b>70,50</b>	<b>559,50</b>
<b>Обед</b>							
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА"	100	8,00	10,10	15,10	183,30
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ И СВИНИНОЙ	250/25	11,00	15,90	18,70	264,00
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	100	16,90	18,80	16,20	301,50
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ С КАБАЧКАМИ И ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	200	3,70	8,10	20,90	203,70
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	21,00	83,60
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>955</b>	<b>46,60</b>	<b>54,60</b>	<b>137,90</b>	<b>1 263,30</b>
<b>Полдник</b>							

к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АБРИКОСЫ)	100	0,90	0,10	9,20	43,70
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>330</b>	<b>7,30</b>	<b>3,30</b>	<b>55,30</b>	<b>282,10</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>69,70</b>	<b>81,60</b>	<b>263,70</b>	<b>2 104,90</b>
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	190/8	19,40	32,70	3,60	385,60
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,90	0,10	1,90	11,60
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,30	13,50	86,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,00	113,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>678</b>	<b>33,30</b>	<b>50,10</b>	<b>58,90</b>	<b>829,20</b>
<b>Обед</b>							
2008	19	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	100	0,80	2,60	2,50	36,70
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250/20/5	1,60	2,20	7,30	56,90
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	14,70	14,10	1,70	193,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	6,50	5,70	41,80	244,30
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТ. С	180	0,20	0,20	24,40	100,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>935</b>	<b>30,80</b>	<b>26,50</b>	<b>123,70</b>	<b>858,10</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,80	9,10	101,70
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,40	0,90	26,00	148,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (НЕКТАРИН)	150	1,40	0,20	14,30	67,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>11,30</b>	<b>5,90</b>	<b>49,40</b>	<b>317,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>75,40</b>	<b>82,50</b>	<b>232,00</b>	<b>2 004,50</b>
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,40	8,00	23,30	187,20
2008	430	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,00	0,00	7,20	27,90
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>470</b>	<b>15,00</b>	<b>14,30</b>	<b>61,60</b>	<b>435,30</b>
<b>Обед</b>							
2008	25	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	100	1,10	10,10	4,20	114,20
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250/40	10,00	2,20	19,40	137,60
2008	272	ШНИЦЕЛЬ РУБЛЕННЫЙ	100	16,10	15,10	15,00	260,10
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ ( ИЗ СВЕЖЕЙ)	200	4,70	5,50	20,00	152,10
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ.С	180	0,00	0,00	10,50	41,80
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>970</b>	<b>38,90</b>	<b>34,60</b>	<b>115,10</b>	<b>933,00</b>
<b>Полдник</b>							
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,10	23,50	92,00
2008	451	ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ	50	2,40	1,10	30,40	140,30
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (БАНАН)	100	1,50	0,50	21,00	96,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>330</b>	<b>4,00</b>	<b>1,70</b>	<b>74,90</b>	<b>328,30</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>57,90</b>	<b>50,60</b>	<b>251,60</b>	<b>1 696,60</b>
<b>7 день</b>							

2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/5	0,00	0,00	8,90	36,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,00	113,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>665</b>	<b>16,60</b>	<b>22,60</b>	<b>87,80</b>	<b>631,30</b>
<b>Обед</b>							
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	100/30	6,20	15,00	7,20	191,90
2008	101	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ , КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ	250/20	2,70	1,60	19,10	101,70
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ, СОУС МОЛОЧНЫЙ	100/30	13,20	8,30	16,60	193,60
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	200	3,90	7,40	26,00	187,70
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТ.С	180	0,90	0,10	19,40	82,30
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>1010</b>	<b>33,90</b>	<b>34,10</b>	<b>134,30</b>	<b>984,40</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,80	9,10	101,70
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,80	6,90	29,90	197,30
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	150	0,60	0,60	14,70	70,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>9,90</b>	<b>12,30</b>	<b>53,70</b>	<b>369,50</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>60,40</b>	<b>69,00</b>	<b>275,80</b>	<b>1 985,20</b>
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,90	0,00	71,70
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,40	7,40	29,60	210,60
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,50	2,80	13,30	93,30
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>450</b>	<b>19,10</b>	<b>26,10</b>	<b>73,80</b>	<b>608,20</b>
<b>Обед</b>							
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	100	0,90	2,60	3,10	41,50
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ	250/25	9,00	8,40	11,00	156,40
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ	100	16,10	14,80	15,00	257,50
2008	332	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	180	5,60	5,70	35,50	217,90
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	21,00	83,60
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>935</b>	<b>38,60</b>	<b>33,20</b>	<b>131,60</b>	<b>984,10</b>
<b>Полдник</b>							
к/к	к/к	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	16,93	68,00
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,40	3,20	20,70	136,90
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (АБРИКОСЫ)	100	0,90	0,10	9,20	43,70
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>330</b>	<b>7,30</b>	<b>3,30</b>	<b>46,83</b>	<b>248,60</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>65,00</b>	<b>62,60</b>	<b>252,23</b>	<b>1 840,90</b>
<b>9 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200/20	31,80	25,00	50,80	558,40
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,00	1,10	14,40	75,30
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
к/к	к/к	ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ	200	5,60	5,00	9,00	113,00
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>700</b>	<b>49,00</b>	<b>37,40</b>	<b>105,30</b>	<b>966,90</b>
<b>Обед</b>							
		САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	1,10	2,60	8,90	64,80

2008	234	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С ЛУКОМ	100/20	19,80	6,10	8,00	166,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	200	4,20	6,80	28,60	192,20
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ.С	180	0,40	0,10	21,90	90,90
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>980</b>	<b>34,30</b>	<b>19,60</b>	<b>127,10</b>	<b>825,10</b>
<b>Полдник</b>							
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,50	4,80	9,10	101,70
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,40	0,90	26,00	148,00
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУША)	150	0,60	0,50	15,50	70,50
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>10,50</b>	<b>6,20</b>	<b>50,60</b>	<b>320,20</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>93,80</b>	<b>63,20</b>	<b>283,00</b>	<b>2 112,20</b>
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,40
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,40	4,40	0,00	53,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,80	8,60	23,10	193,50
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,80	2,30	13,50	86,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,50	1,70	30,80	157,20
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>445</b>	<b>16,60</b>	<b>25,30</b>	<b>67,50</b>	<b>566,30</b>
<b>Обед</b>							
2008	61	РЫБА ПОД МАРИНАДОМ	130	14,20	3,40	3,20	100,00
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И СВИНИНОЙ	250/25	11,40	17,90	18,90	282,80
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/40	20,70	10,30	0,60	202,80
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	10,10	7,50	45,90	291,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,10	23,50	92,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	4,00	0,50	25,40	122,40
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>985</b>	<b>63,50</b>	<b>40,90</b>	<b>138,10</b>	<b>1 195,80</b>
<b>Полдник</b>							
2008	411	КИСЕЛЬ ФЛОВОДО-ЯГОДНЫЙ С ВИТ.С	180	0,00	0,00	25,40	101,50
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С ЯБЛОКОМ	50	2,40	1,20	23,00	112,50
к/к	к/к	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (СЛИВЫ)	150	1,20	0,50	14,00	71,30
<b>Итого за прием пищи:</b>			<b>380</b>	<b>3,60</b>	<b>1,70</b>	<b>62,40</b>	<b>285,30</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>83,70</b>	<b>67,90</b>	<b>268,00</b>	<b>2 047,40</b>
<b>Итого за 10 дней:</b>				<b>729,10</b>	<b>684,50</b>	<b>2 582,03</b>	<b>19 643,40</b>
<b>Среднее значение за период:</b>				<b>72,91</b>	<b>68,45</b>	<b>258,20</b>	<b>1 964,34</b>

**Используемые сборники:**

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: ДеЛи принт, 2012. - 584с.
2. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. СПб.:Речь, 2008.-800с.
3. Сборник технологических нормативов. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания. - Москва.: Хлебпродинформ, 1997. - 560 с.

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов, согласно периода сезонного созревания на территории РФ.