



Утверждено
Директор



«Согласовано»
Директор общеобразовательной организации



Основное (организованное) меню для лагерей с дневным пребыванием детей в период каникул

Для организации питания обучающихся детей 7-11 лет, ОВЗ и детей инвалидов в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования

Краснодар
2024

Возрастная категория питающихся: 7-11 лет

Неделя:

День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Масло порциями	20	0,16	14,50	0,26	132	14-2017
Завтрак	Пудинг из творога со сметаной (190/10)	200	26,80	21,80	41,40	474	362-2004
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	67	ТК № Д/1
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (яблоки) ³	100	0,40	0,40	9,80	47	338-2017
	Итого за рацион питания:	580	32,81	38,95	94,54	858	-
	Овощи в нарезке (помидоры свежие, зелень) ⁴ (90/10)	100	1,31	0,23	4,12	24	71-2017, таб 24-1994
	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/200)	225	7,00	5,02	12,14	124	137-2004
	Рыба запеченная с помидором (горбуша) ⁵ (110/10)	120	11,43	7,68	10,47	176	ТК № Д/4
	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	164	520-2004
Сок натуральный (яблочный) ⁶	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017	
Обед	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	26,40	120	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Итого за рацион питания:	865	28,59	20,88	104,93	735	-
	Всего за день:	1445	61,40	59,83	199,47	1593	-

Неделя:

День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Сыр порциями (Российский) ¹	20	4,64	5,90	0,00	72	15-2017
Завтрак	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	14-2017
	Каша жидкая молочная с маслом сливочным (пшено) ² (195/5)	200	7,15	11,16	35,30	271	182-2017
	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК № Д/5
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (яблоки) ³	100	0,80	0,40	7,50	41	ТК № Д/6
	Итого за рацион питания:	590	19,84	28,49	89,58	689	-
	Овощи в нарезке (огурец свежий, зелень) ⁴ (90/10)	100	0,95	0,14	2,41	15	71-2017, таб 24-1994
	Борщ с капустой и картофелем с говядиной со сметаной (200/25/10)	235	9,70	7,56	10,78	152	110-2004
	Оладьи из печени (без соли)	100	10,77	11,20	27,35	251	ТК № Д/7

Углеводы	Жиры	Белки	150	30,45	196	203-2017
Макароны отварные с маслом сливочным	5,78	5,46	150	30,45	196	203-2017
Компот из плодов или ягод сушеных (курага) ^г	0,08	1,30	200	22,73	98	ТК № Д/8
Хлеб пшеничный	1,10	3,85	54	29,00	131	ТК № Д/2
Хлеб ржано-пшеничный	0,30	1,80	30	14,50	63	ТК № Д/3
Итого за рацион питания:	26,16	33,83	869	137,22	906	-
Всего за день:	54,65	53,67	1459	226,8	1594	-

Неделя: 1
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
I	2	3	4	5	6	7	8
	Салат из свежих помидоров со сладким перцем, зелень (90/10)	100	1,31	5,52	4,03	71	027-2017, таб 24-1994
Завтрак	Птица запеченная	100	6,50	4,80	36,50	206	ТК № Д/9
	Картофель отварной с зеленью	150	3,84	3,76	30,13	170	ТК № Д/10
	Какао с молоком	200	4,07	3,54	17,58	119	382-2017
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Итого за рацион питания:	610	19,72	18,62	118,94	703	-
Обед	Салат из огурцов соленых с луком	60	0,50	3,02	1,55	36	021-2017
	Суп из овощей	200	1,76	3,52	9,92	79	135-2004
	Шниц из говядины	150	16,20	8,85	28,40	263	443-2004
	Сок натуральный (яблочный) ^г	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	14,50	63	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК № Д/6
	Ватрушка с творогом	75	9,22	5,48	29,18	202	410-2007
	Итого за рацион питания:	870	34,73	22,67	142,55	905	-
	Всего за день:	1480	54,45	41,29	261,49	1609	-

Неделя: 1
День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
I	2	3	4	5	6	7	8
	Салат из свежих огурцов	100	0,75	6,02	2,35	67	20-2007
Завтрак	Птица с рисом и овощами	150	10,14	23,49	19,43	322	ТК № Д/11
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК № Д/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ^г	100	0,80	0,40	7,50	41	Д/6
	Итого за рацион питания:	610	15,76	30,93	69,98	608	-

		100	1,40	5,40	9,00	94	77-2004
Обед	Икра кабачковая (собственного производства)	100	1,40	5,40	9,00	94	77-2004
	Борщ "Школьный" со сметаной (200/10)	210	2,63	5,85	14,99	122	TK № Д/13
	Рыба запеченная с овощами (горбуша) (90/10)	100	17,00	8,48	1,10	196	TK № Д/14
	Пюре картофельное	150	3,15	6,75	21,90	164	520-2004
	Сок натуральный (фруктовый)е	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
	Булочка "Брюль" "	75	3,28	5,48	26,25	167	471-2003
	Итого за рацион питания:	910	33,51	33,26	132,14	1001	-
	Всего за день :	1520	49,27	64,19	202,12	1609	-

Неделя: 1
День: 5

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры		
			Белки	Жиры	Углеводы				
Завтрак	1	2	3	5	6	7	8		
			Сыр порциями (Российский)†	20	4,64	0,00	72	15-2007	
			Масло порциями	10	0,08	7,25	66	014-2017	
			Каша жидкая молочная с маслом сливочным (манная)² (195/5)	200	5,81	10,20	30,80	239	181-2011
			Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	TK № Д/5
			Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	TK № Д/2
			Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
			Кондитерское изделие⁸	30	2,50	4,00	21,00	130	TK № Д/15
			Итого за рацион питания:	520	20,2	31,13	98,58	746	-
			Салат из белокочанной капусты с зеленью (90/10)	100	1,57	4,64	12,46	84	43-2004, табл 24-1994
			Обед	Обед	Обед	200	4,96	4,48	17,84
Суп картофельный с бобовыми	100	13,90				6,50	4,00	132	437-2004
Гуляш из говядины (50/50)	150	5,46				5,78	30,45	196	309-2017
Макаронные отварные с маслом сливочным	200	1,00				0,00	20,20	85	389-2017
Сок натуральный(яблочный)е	55	3,85				1,10	29,00	131	TK № Д/2
Хлеб пшеничный	40	2,40				0,40	19,30	84	TK № Д/3
Хлеб ржано-пшеничный	100	0,40				0,40	9,80	47	TK № Д/6
Фрукты свежие (яблоко)³	945	33,54				23,3	143,05	893	-
Итого за рацион питания:	1465	53,74				54,43	241,63	1638	-

Неделя: 2
День: 1

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм		Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры		
				Углеводы		

1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Овощи в нарезке (помидоры свежие, зелень)* (50/10)	60	0,87	0,15	2,60	15	71-2007
	Масло порциями	20	0,16	14,50	0,26	132	014-2017
	Омлет с сыром	165	19,70	32,36	2,80	382	211-2011
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	67	ТК № Д/1
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано -пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Кондитерское изделие ^в	25	1,50	1,50	18,00	100	ТК № Д/15
	Итого за рацион питания:	530	27,68	50,76	66,74	834	
	Салат зеленый с огурцом	100	0,76	6,11	1,68	66	ТК № Д/16
	Суп - лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148-2004
Обед	Говядина с овощами	150	10,35	7,35	33,00	339	ТК № Д/17
	Кисель из ягод свежих (клубника) ^у	200	0,13	0,04	24,50	117	350-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	ТК № Д/2
	Хлеб ржано -пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ^з	100	0,80	0,40	7,50	41	Д/6
	Итого за рацион питания:	825	19,33	19,84	116,5	832	
	Всего за день :	1355	47,01	70,6	183,24	1667	

Неделя: 2

День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак	1	3	4	5	6	7	8
	2	20	4,64	5,90	0,00	72	015-2017
	Сыр порциями (Российский) ¹	200	17,75	16,55	36,50	473	ТК № Д/18
	Запеканка "Зэбра" ^в	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК № ТК № Д/5
	Кофейный напиток	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Хлеб ржано -пшеничный	100	0,40	0,40	9,80	47	ТК № Д/6
	Фрукты свежие (яблоки) ^у	580	29,96	26,63	92,95	831	
	Итого за рацион питания:	100	0,95	0,14	2,41	15	71-2017, табл. 24-1994
	Обед	Овощи в нарезке (огурцы свежие, зелень)* (90/10)	200	2,00	2,40	14,64	90
Суп картофельный с крупой (пшено) ^у		100	15,90	14,40	16,00	261	451-2004
Биточки (говядина)		150	2,48	10,63	26,48	204	ТК № Д/19
Рагу овощное с кабачками		200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
Сок натуральный (фруктовый) ^в		50	3,50	1,00	26,40	120	ТК № Д/2
Хлеб пшеничный		30	1,80	0,30	14,50	63	ТК № Д/3
Хлеб ржано -пшеничный		830	27,63	28,87	120,63	838	
Итого за рацион питания:		1410	57,59	55,5	213,58	1669	
Всего за день :							

Неделя:

2

День:

3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Салат из свежих помидоров с луком	100	1,08	6,08	3,43	73	023-2017
	Гречка "По-Кубански"	150	13,30	7,70	34,90	325	TK № Д/20
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	TK № Д/1 2
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ^а	100	0,80	0,40	7,50	41	Д/6
	Итого за рацион питания:	610	19,25	15,2	86,53	617	-
	Салат из овощей с зеленым горошком с зеленью (90/10)	100	1,92	4,66	8,32	90	TK № Д/21
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,32	2,00	16,80	96	140-2004
	Рыба запеченная с помидором (горбуша) ^б (110/10)	120	11,43	7,68	10,47	176	TK № Д/4
Обед	Картофель фри	150	4,35	15,86	50,45	358	648-2022
	Компот из вишни	200	0,18	0,04	12,19	51	TK № Д/22
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	26,40	120	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	19,30	84	TK № Д/3
	Итого за рацион питания:	860	26,1	31,64	143,93	975	-
	Всего за день :	1470	45,35	46,84	230,46	1592	-

Неделя:

2

День:

4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Овощи в нарезки (огурцы свежие) ^а	100	0,70	0,10	1,90	12	071-2011
	Сыр порциями (Российский) ¹	20	4,64	5,90	0,00	72	015-2017
	Омлет натуральный с маслом сливочным (140/10)	150	13,94	24,83	2,64	290	210-2017
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	67	TK № Д/1
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
	Ватрушка с повидлом	75	4,46	2,98	44,12	222	410-2017
	Итого за рацион питания:	605	29,19	36,06	91,74	801	-
	Салат зеленый с огурцом	100	0,76	6,11	1,68	66	TK № Д/23
	Борщ "Кубанский" с фасолью со сметаной (200/10)	210	3,12	3,44	12,80	94	TK № Д/24
Обед	Жаркое по-домашнему	150	13,35	7,35	16,20	188	436-2004
	Сок натуральный (фруктовый) ^б	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
	Хлеб пшеничный	50	3,50	1,00	26,40	120	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	19,30	84	TK № Д/3
	Кондитерское изделие	25	1,50	1,50	18,00	100	TK
	Итого за рацион питания:	775	25,63	19,80	114,58	737	-

Всего за день :		1380	54,82	55,86	206,32	1538	
Неделя: 2							
День: 5							
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Каша молочная жидкая с маслом сливочным (рис) ² (145/5)	150	3,64	7,66	23,87	179	182-2017
	Запеканка из творога с курагой и молоком стуженным (130/20)	100	11,60	7,18	27,84	362	ТК № Д/25
Завтрак	Кофейный напиток	200	3,17	2,78	15,95	101	ТК № Д/5
	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,80	72	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (яблоки) ³	100	0,40	0,40	9,80	47	338-2017
	Итого за рацион питания:	600	22,11	18,82	102,96	803	-
	Овощи в нарезке (помидор свежий, зелень) ⁴ (90/10)	100	1,31	0,23	4,12	24	71-2017, таб 24 - 1994
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками (25/200)	225	7,00	5,02	12,14	124	137-2004
	Шницель рыбный натуральный	100	12,58	13,94	8,30	209	235-2017
	Картофель тушеный	150	3,15	9,60	27,75	182	216-2004
	Сок натуральный (яблочный) ⁶	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,40	0,40	19,30	84	ТК № Д/3
	Итого за рацион питания:	870	31,29	30,29	120,81	839	-
	Всего за день :	1470	53,4	49,11	223,77	1642	-
	Неделя: 3						
	День: 1						
Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Овощи в нарезке (огурцы свежие, зелень) ⁴ (70/10)	80	0,81	0,12	2,03	13	71-2017, таб 24-1994
Завтрак	Плов из филе птицы	150	10,00	10,20	38,30	287	ТК № Д/26
	Кисель из плодов сушеных (курага) ⁵	200	0,89	0,06	32,75	107	ТК № Д/27
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ³	100	0,80	0,40	7,50	41	ТК № Д/6
	Кондитерское изделие ⁸	25	1,50	1,50	18,00	100	ТК № Д/15
	Итого за рацион питания:	615	18	13,28	129,28	686	-
	Салат из белокочанной капусты	60	0,84	3,06	5,34	53	43-2004
Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	15,03	115	108-2017	

	100	10,77	11,20	27,35	251	TK № Д/28
Оладьи из печени по-Краснодарски	150	5,46	5,78	30,45	196	203-2017
Макаронны отварные с маслом сливочным	180	0,90	0,00	18,18	76	389-2017
Сок фруктовый (фруктовый)*	55	3,85	1,10	29,00	131	TK № Д/2
Хлеб пшеничный	40	2,40	0,40	19,30	84	TK № Д/3
Хлеб ржано-пшеничный	785	27,07	25,21	144,65	906	-
Итого за рацион питания:	1400	45,07	38,49	273,93	1592	-
Всего за день :						

Неделя: 3
День: 2

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	63	337-2004
	Сырники из творога с изюмом и сметаной (150/20)	170	17,10	10,80	45,60	348	TK № Д/29
	Чай с лимоном	200	1,65	0,60	15,90	78	TK № Д/30
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,10	0,60	15,80	72	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
	Фрукты свежие (яблоки) ³	100	0,40	0,40	9,80	47	338-2017
	Итого за рацион питания:	560	27,55	17,2	97,1	650	-
	Овощи в нарезке (помидоры свежие, зелень)* (90/10)	100	1,31	0,23	4,12	24	71-2017, таб 24-1994
	Рассольник с говядиной (25/200)	225	9,50	5,00	10,80	129	130-2004
	Биточек с помидором под сырной корочкой	100	11,33	25,57	21,09	361	TK № Д/31
	Картофель отварной с зеленью	150	3,84	3,76	30,13	170	TK № Д /10
	Сок натуральный (яблочный) ⁶	180	0,90	0,00	18,18	76	389-2017
Обед	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	30	1,80	0,30	14,50	63	TK № Д/3
	Итого за рацион питания:	840	32,53	35,96	127,82	954	-
	Всего за день :	1400	60,08	53,16	224,92	1604	-

Неделя: 3
День: 3

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
	Овощи в нарезке (огурцы свежие, зелень)* (90/10)	100	0,95	0,14	2,41	15	71-2007
	Сыр порционными (Российский) ¹	20	4,64	5,90	0,00	72	015-2017
	Омлет натуральный с маслом сливочным (190/10)	200	18,59	33,11	3,52	386	210-2017
	Чай с молоком	200	1,45	1,25	12,38	67	TK № Д/1
Завтрак	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	TK № Д/2
	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	TK № Д/3
	Кондитерское изделие ⁶	25	1,00	2,00	24,00	120	TK № Д/15

	Итого за рацион питания:	605	30,63	43,4	73,01	798	-
	Салат из моркови с маслом растительным	100	1,30	4,60	14,80	104	74-2022
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной (200/10)	210	1,90	6,16	10,80	106	110-2004
	Плов из говядины	150	16,20	8,85	28,40	263	443-2004
	Кисель из ягод свежих (вишня) ¹	200	0,13	0,05	24,53	117	350-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	ТК № Д/2
	Хлеб ржано - пшеничный	40	2,40	0,40	19,30	84	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ²	100	0,80	0,40	7,50	41	Д/6
	Итого за рацион питания:	855	26,58	21,56	134,33	846	-
	Всего за день :	1460	57,21	64,96	207,34	1644	-

Неделя: 3

День: 4

Приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда, грамм	Пищевые вещества, грамм			Энергетическая ценность, Ккал	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак	Овощи в нарезки (помидоры свежие, зелень) ⁴ (50/10)	60	0,87	0,15	2,60	15	71-2017
	Нагетсы куриные	100	7,30	7,60	31,82	234	ТК № Д/32
	Каша гречневая с маслом сливочным	150	8,60	6,10	38,64	244	302-2017
	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	10,00	40	ТК № Д/12
	Хлеб пшеничный	40	2,80	0,80	21,00	96	ТК № Д/2
	Хлеб ржано - пшеничный	20	1,20	0,20	9,70	42	ТК № Д/3
	Итого за рацион питания:	570	20,84	14,87	113,76	671	-
	Салат из капусты	60	0,84	3,06	5,34	53	43-2004
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	134	139-2004
	Котлета говяжья	100	15,00	22,00	13,02	313	268-2017
Обед	Картофель по-деревенски	150	3,20	11,50	33,40	264	646-2022
	Сок натуральный (фруктовый) ⁵	200	1,00	0,00	20,20	85	389-2017
	Хлеб пшеничный	55	3,85	1,10	29,00	131	ТК № Д/2
	Хлеб ржано - пшеничный	30	1,80	0,30	14,50	63	ТК № Д/3
	Фрукты свежие (клубника) ³	100	0,80	0,40	7,50	41	ТК № Д/6
	Итого за рацион питания:	895	31,45	42,84	140,8	1083	-
	Всего за день :	1465	52,29	57,71	254,56	1754	-

ПРИМЕЧАНИЕ (ДОПУСКАЕТСЯ):

- 1 - замена на сыр (жирность 45 %, полутвердый) другого наименования с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 2 - приготовление блюда из другой крупы с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 3 - выдача иных фруктов в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 4 - выдача других овощей (свежих или соленых) в соответствии с сезоном, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 5 - приготовление блюда из любых сушеных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 6 - выдача сока натурального из разных плодов или ягод или напитка витаминизированного, при условии отсутствия повторыемости, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности
- 7 - приготовление блюда из разных плодов, с соблюдением норм закладки и энергетической ценности