

Утверждаю

Директор ГБОУ Уфимская коррекционная
школа - интернат № 92 для обучающихся
с ограниченными возможностями здоровья

Б.Р.Баев

**ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ
ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ
ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ**

**ГБОУ Уфимская коррекционная школа - интернат № 92
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья
на осенне-зимний период
(СанПиН 2.3/2.4.3590-20)**

ОСЕНЬ-ЗИМА 2025-26

Интернат 7-11 лет 1 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2025	150	4,48	2,21	6,01	0,00	22,89	161,97	94,63	14,09	83,02	0,31	39,51	26,68	0,04	0,05	0,4
Кофейный напиток на молоке №304, сб. 2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2025г.	70/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Фрукты ТК № 5	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Завтрак'		12,75	5,30	18,22	1,31	89,11	560,97	244	61,87	234,1	5,58	109,3	122,98	1,28	0,23	18,92
10.00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10.00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Салат "Пестрый" №33, сб. 2025	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,74	55,23	16,97	9,87	18,42	0,86	0	1,81	1,4	0,01	1,05
Уха с крупой №71, сб. 2025 г.	200	4,27	2,79	0,44	0,40	12,14	68,23	13,07	18,78	71,67	0,65	0,9	3,26	0,26	0,07	3,91
Котлеты № 99, сб. шк. 2025 г.	100	14,50	13,87	6,63	0,32	14,64	175,76	33,07	25,16	128,9	1,16	2,59	7,92	0,45	0,05	0,05
Соус томатный №248, сб. 2025	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	150	8,60	0,02	5,52	0,00	45,02	252,73	13,95	132	193,3	4,52	23,92	27,86	0,6	0,25	0
Компот из изюма №310, сб. 2025	200	0,34	0,00	0,00	0,00	22,75	86,82	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		30,81	16,69	17,45	0,98	117,37	726,66	85,92	198,2	443,7	7,96	36,38	122,25	3,16	0,44	6,1
Полдник																
Блины, № 257, сб. 2025	100	7,10	3,10	12,59	0,00	32,50	270,53	85,64	14,91	97,23	0,67	50,81	40,81	0,06	0,07	0,36
Соус фруктовый из кураги(абрикосовый) №253, сб. 2025	30	0,16	0,00	0,01	0,00	3,71	14,01	4,69	3,01	4,19	0,1	0	19,24	0,18	0	0,05
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		7,34	3,10	12,62	0,02	45,34	319,65	90,6	17,93	101,4	0,79	50,81	60,05	0,24	0,08	0,41
Ужин																
Помидоры свежие ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб. 2025	100	15,22	14,88	6,62	0,00	3,09	132,65	39,57	21,03	162,4	1,04	72,99	98,27	0,57	0,07	0,54
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2025	160	3,09	0,02	3,83	0,00	25,59	147,98	15,03	33,49	85,19	1,32	23,02	30,34	0,2	0,14	6,47
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Напиток яблочный №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	16,26	62,88	3,92	1,96	2,39	0,52	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Ужин'		22,05	14,90	11,01	0,47	66,44	449,25	66,91	68,47	265,6	3,42	96,01	209,65	1,24	0,25	23,01
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	180	4,94	4,94	5,45	0,00	6,82	99,36	204,5	23,86	161,9	0,17	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	25	1,29	0,00	0,16	0,16	8,43	40,10	3,76	5,39	14,21	0,33	0	0	0,22	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		6,23	4,94	5,62	0,16	15,25	139,46	208,3	29,25	176,1	0,5	34,09	38,26	0,22	0,08	1,19
Итого за день		81,21	44,94	65,25	3,27	360,84	2314,55	712,7	388	1246	21,3	326,6	553,19	6,51	1,11	53,64

Интернат с 12 лет и старше 1 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша манная молочная жидкая №205, сб. 2025	180	5,37	2,65	7,21	0,00	27,47	194,37	113,6	16,91	99,63	0,37	47,42	32,01	0,05	0,06	0,48
Кофейный напиток на молоке №304, сб. 2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб. 2025г.	90/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Фрукты ТК № 5	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Завтрак'		13,65	5,74	19,42	1,31	93,68	593,36	262,9	64,69	250,8	5,64	117,2	128,31	1,29	0,24	19
10.00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10.00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Салат "Пестрый" №33, сб. 2025	100	1,22	0,00	4,56	0,00	12,90	92,04	28,28	16,45	30,69	1,44	0	3,02	2,34	0,01	1,75
Уха с крупой №71, сб. 2025 г.	250	5,34	3,48	0,55	0,50	15,18	85,29	16,34	23,47	89,59	0,81	1,12	4,08	0,32	0,09	4,89
Котлеты № 99, сб. шк. 2025 г.	110	15,95	15,25	7,29	0,35	16,10	193,34	36,37	27,68	141,8	1,27	2,85	8,71	0,49	0,06	0,05
Соус томатный №248, сб. 2025	40	0,49	0,01	1,86	0,00	2,92	30,30	2,35	3,59	6,68	0,16	8,97	81,34	0,12	0,01	1,09
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Компот из изюма №310, сб. 2025	200	0,34	0,00	0,00	0,00	22,75	86,82	0,29	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		36,73	18,77	21,31	1,27	143,79	885,48	110,5	243,9	540,7	10,1	41,65	130,66	4,53	0,54	7,79
Полдник																
Блины, № 257, сб. 2025	120	8,53	3,72	15,11	0,00	39,00	324,64	102,8	17,89	116,7	0,8	60,98	48,98	0,08	0,09	0,43
Соус фруктовый из кураги(абрикосовый) №253, сб. 2025	30	0,16	0,00	0,01	0,00	3,71	14,01	4,69	3,01	4,19	0,1	0	19,24	0,18	0	0,05
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		8,76	3,72	15,14	0,02	51,84	373,76	107,7	20,91	120,9	0,92	60,98	68,21	0,26	0,09	0,48
Ужин																
Помидоры свежие ТК № 8	60	0,66	0,00	0,12	0,12	3,12	15,56	8,4	12	15,6	0,54	0	79,8	0,42	0,04	15
Филе минтая, запеченное в омлете №81, сб. 2025	120	18,26	17,86	7,94	0,00	3,70	159,18	47,49	25,23	194,9	1,25	87,59	117,92	0,69	0,09	0,65
Картофель отварной с маслом № 144, сб. 2025	180	3,48	0,02	4,31	0,00	28,79	166,48	16,91	37,67	95,83	1,48	25,9	34,13	0,23	0,15	7,28
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб. 2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Напиток яблочный №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	16,26	62,88	3,92	1,96	2,39	0,52	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Ужин'		26,97	17,88	12,99	0,65	79,45	539,36	76,71	76,86	308,8	3,79	113,5	233,1	1,38	0,28	23,93
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб. 2025г.	25	1,29	0,00	0,16	0,16	8,43	40,10	3,76	5,39	14,21	0,33	0	0	0,22	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		6,78	5,49	6,22	0,16	16,00	150,50	231	31,9	194,1	0,52	37,87	42,51	0,22	0,08	1,33
Итого за день		94,92	51,62	75,41	3,74	412,11	2661,02	805,8	450,5	1441	24	371,2	602,8	8,05	1,28	56,52

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 2 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	150	5,40	2,11	6,20	0,00	27,63	180,15	97,49	26,41	133,1	1,34	46,16	26,68	0,04	0,1	0,38
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	70/20	8,77	5,15	5,67	0,46	23,60	180,99	206,5	25,87	157,4	1,05	41,16	47,6	0,69	0,08	0,14
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
Итого за 'Завтрак'		18,44	10,16	19,79	0,46	72,13	525,64	436,8	87,33	410	3,85	99,32	97,76	3	0,22	2,45
10,00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10,00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	80	0,90	0,00	3,62	0,06	3,32	47,48	43,54	16,26	34,4	0,59	0	124,78	2,1	0,02	8,79
Суп картофельный с крупой №63, сб.2025	200	1,94	0,01	1,71	0,36	17,39	91,41	11,34	19,96	51,09	0,69	6,8	174,46	0,16	0,07	5,6
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	100	11,24	9,34	8,23	0,00	15,92	181,05	38,03	27,31	111,6	0,74	7,4	0	0	0,06	2,05
Картофель тушеный №146, сб. 2025	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед'		20,57	9,41	23,69	0,71	121,44	756,74	155,2	129	340,8	4,67	59,51	835,13	4,09	0,34	29,69
Полдник																
Суфле творожное запеченное со сметаной №435 сб. основное	150	8,22	6,80	8,51	0,21	21,88	196,30	70,99	11,38	90,96	0,53	56,11	85,29	0,5	0,04	0,09
Чай №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		8,30	6,80	8,52	0,23	21,93	196,89	70,99	11,38	90,96	0,53	56,11	85,29	0,5	0,04	0,09
Ужин																
Макаронник с мясом №124 сб.2025	160	16,17	12,31	15,21	0,00	28,49	314,26	19,92	22,67	132,5	1,48	66,43	106,21	0,9	0,07	0,22
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2025	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85
Итого за 'Ужин'		21,15	13,76	21,36	0,19	61,39	512,21	131,3	55,06	229,4	2,69	72,43	320,62	3,5	0,15	21,33
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	180	4,94	4,94	5,45	0,00	6,82	99,36	204,5	23,86	161,9	0,17	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	20	1,49	0,00	0,18	0,18	9,19	45,09	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		6,43	4,94	5,63	0,18	16,01	144,45	204,5	23,86	161,9	0,17	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Итого за день		76,93	45,08	79,33	2,10	320,25	2254,50	1016	319	1258	15	321,5	1377,06	11,46	0,84	58,75

Интернат с 12 лет и старше 2 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша "Артек" молочная жидкая №209, сб. 2025	180	6,48	2,53	7,44	0,00	33,15	216,17	117	31,7	159,7	1,6	55,39	32,01	0,05	0,12	0,46
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	60	1,00	0,00	4,79	0,00	6,55	69,42	24,25	13,99	27,51	0,89	0	1,41	2,26	0,01	1,41
Итого за 'Завтрак' 10,00		20,04	10,59	21,10	0,52	81,02	577,71	457,8	94,77	442,3	4,25	108,6	103,1	3,09	0,25	2,52
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10,00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Салат из свежих огурцов с зеленью № 14сб.2025	100	1,13	0,00	4,53	0,07	4,15	59,35	54,43	20,33	43	0,73	0	155,98	2,62	0,02	10,99
Суп картофельный с крупой №63, сб.2025	250	2,43	0,01	2,14	0,45	21,74	114,26	14,18	24,95	63,86	0,86	8,5	218,07	0,2	0,08	7
Тефтели рыбные № 87, сб.2025	120	13,49	11,21	9,88	0,00	19,11	217,26	45,63	32,78	133,9	0,89	8,88	0	0	0,08	2,46
Картофель тушеный №146, сб. 2025	160	3,33	0,06	9,83	0,00	26,68	205,08	24,88	37,32	93,68	1,44	45,31	419,25	0,42	0,14	12,92
Компот из изюма и кураги №310, сб.2025	200	1,37	0,00	0,06	0,06	46,48	176,51	31,62	19,95	27,16	0,68	0	116,6	1,1	0,02	0,32
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Итого за 'Обед'		24,21	11,28	26,77	0,91	134,20	848,45	178,9	146,8	394	5,36	62,69	909,96	4,78	0,39	33,69
Полдник																
Суфле творожное запеченное со сметаной №435 сб. основное	200	10,97	9,07	11,34	0,28	29,17	261,73	94,66	15,18	121,3	0,7	74,81	113,72	0,66	0,05	0,12
Чай №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Полдник'		11,04	9,07	11,36	0,30	29,23	262,33	94,66	15,18	121,3	0,7	74,81	113,72	0,66	0,05	0,12
Ужин																
Макаронник с мясом №124 сб.2025	230	23,24	17,70	21,87	0,00	40,96	451,75	28,64	32,58	190,5	2,12	95,5	152,67	1,29	0,11	0,32
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Салат из белокочанной капусты №16, сб.2025	100	2,16	0,00	4,52	0,02	13,27	96,36	54,05	20,26	40,52	0,74	0	203,38	2,37	0,03	20,85
Итого за 'Ужин'		28,82	19,15	28,09	0,27	77,74	668,11	142	67,7	294,9	3,52	101,5	367,1	4	0,19	21,43
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		7,73	5,49	6,32	0,26	21,36	178,04	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Итого за день		93,87	55,58	93,98	2,61	370,89	2653,19	1118	363,3	1458	17,1	385,4	1536,39	12,9	0,98	63,09

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 3 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	160	13,85	13,51	21,00	0,00	5,35	262,76	96,8	22,93	220,5	2,36	201,4	49,75	0,08	0,12	2,63
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Салат витаминный №21	60	0,89	0,00	2,73	0,00	7,70	56,06	21,62	11,05	18,34	0,55	0	301,91	1,45	0,02	3,8
Итого за 'Завтрак'		20,42	14,96	25,70	0,52	51,38	509,54	183,5	57,31	323,4	4,02	207,4	362,66	2,22	0,23	6,69
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	80	2,84	1,52	8,39	0,00	7,31	113,75	15,86	16,14	56,2	0,65	18	349,13	3,71	0,06	2,01
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	200	4,40	2,12	3,60	0,00	17,72	119,08	12,97	18,33	47,77	0,78	11,33	174,34	0,25	0,08	5,28
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 33/8 сб. 2025г.	200	15,46	13,85	15,17	2,25	16,10	256,49	31,86	26,41	138,2	2,35	21	376	2,31	0,11	108,3
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		27,23	17,58	27,65	2,71	106,59	763,38	65,8	67,35	259,2	4,24	50,33	899,46	6,53	0,28	115,6
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом № 13.4 сб.2025	80	5,63	1,46	6,54	0,00	30,66	202,01	20,89	16,18	64,57	0,86	38,3	663,51	0,33	0,07	0,25
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	180	4,94	4,94	5,45	0,00	6,82	99,36	204,5	23,86	161,9	0,17	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Фрукты ТК № 5	120	0,48	0,00	0,48	0,48	13,92	58,42	19,2	10,8	13,2	2,64	0	6	0,24	0,04	12
Итого за 'Полдник'		11,06	6,40	12,48	0,48	51,40	359,79	244,6	50,84	239,7	3,67	72,39	707,77	0,57	0,15	13,45
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025 годаТК № 8	60	0,57	0,00	4,89	4,89	2,61	55,71	11,1	10,2	20,5	0,45	0	42,9	2,35	0,03	10,5
Филе горбуши , запеченное с картофелем №90, сб.2025	200	14,21	12,56	9,37	0,22	18,02	211,76	31,36	8,4	103,2	0,86	28,49	90,07	0,69	0,06	0,03
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Кондитерские изделия ТК № 7	20	0,16	0,16	0,02	0,00	16,16	62,77	5	1,2	2,4	0,28	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		21,52	15,77	17,53	5,54	74,68	536,72	153,3	31,98	204,4	1,7	40,49	154,97	3,04	0,11	11,05
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		88,00	60,82	89,62	9,59	320,40	2399,24	886,7	245,5	1217	16,9	395,9	2171,21	12,74	0,89	151,8

Интернат с 12 лет и старше 3 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет с зеленым горошком №235, сб.2025	180	15,58	15,20	23,62	0,00	6,02	295,61	108,9	25,8	248	2,65	226,6	55,97	0,09	0,13	2,96
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	100	5,16	0,00	0,65	0,65	33,71	160,39	15,03	21,56	56,84	1,31	0	0	0,87	0,1	0
Чай с молоком и сахаром №301, сб. 2025	200	1,55	1,45	1,45	0,00	11,36	62,41	53,06	6,09	39,15	0,07	6	11	0	0,01	0,26
Салат витаминный №21	70	1,04	0,00	3,18	0,00	8,99	65,40	25,22	12,89	21,39	0,64	0	352,23	1,69	0,02	4,44
Итого за 'Завтрак'		23,33	16,65	28,91	0,65	60,07	583,81	202,2	66,33	365,4	4,67	232,6	419,2	2,64	0,27	7,65
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
Обед																
Салат "Студенческий" №41, сб.2025	100	3,55	1,91	10,48	0,00	9,13	142,19	19,83	20,17	70,25	0,82	22,5	436,41	4,64	0,08	2,51
Суп картофельный с макаронными изделиями №61 сб.2025	250	5,50	2,64	4,50	0,00	22,15	148,85	16,21	22,92	59,71	0,97	14,16	217,92	0,31	0,1	6,6
Перец, фаршированный мясом говядины и рисом ТК № 114 сб. 2025г.	220	16,98	15,21	16,51	2,48	17,68	280,32	34,29	28,98	151,5	2,59	22,2	412	2,54	0,12	119,1
Компот из смеси сухофруктов №310, сб.шк.2025г.	200	0,75	0,09	0,04	0,00	41,56	158,30	0,6	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	3,72	0,00	0,44	0,44	22,98	112,72	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		33,60	19,85	32,36	3,31	133,74	938,63	79,94	85	315,6	5,22	58,86	1066,33	8,01	0,36	128,2
Полдник																
Пирожки печеные с морковью и яйцом № 13.4 сб.2025	100	7,04	1,82	8,18	0,00	38,32	252,51	26,11	20,22	80,71	1,07	47,87	829,38	0,41	0,08	0,32
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Фрукты ТК № 5	120	0,48	0,00	0,48	0,48	13,92	58,42	19,2	10,8	13,2	2,64	0	6	0,24	0,04	12
Итого за 'Полдник'		13,01	7,31	14,72	0,48	59,82	421,33	272,6	57,53	273,8	3,9	85,75	877,9	0,65	0,18	13,64
Ужин																
Нарезка из огурцов и помидоров урожай 2025г.ТК № 8	100	0,95	0,00	8,14	8,14	4,35	92,86	18,5	17	34,16	0,75	0	71,5	3,92	0,05	17,5
Филе горбуши , запеченное с картофелем №90, сб.2025	230	19,51	17,62	14,27	0,25	20,72	287,68	31,82	8,85	104,2	0,93	41,25	123,66	1,9	0,09	0,04
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	70	0,57	0,00	0,10	0,10	3,58	16,58	3	4,03	13,55	0,33	0	0,09	0,12	0,02	0
Кондитерские изделия ТК № 7	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		24,21	20,98	25,37	8,49	75,88	616,42	169,2	44,46	235	2,69	53,25	217,24	5,94	0,18	18,06
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		102,44	70,91	107,69	13,33	369,23	2806,04	964,9	293,5	1386	19,9	455,7	2627,02	17,71	1,1	172,7

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 4 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак*																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	150	25,60	23,08	18,78	0,00	39,18	428,42	251,6	37,87	301,1	0,96	118,4	135,98	0,79	0,09	0,5
Чай №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		29,50	23,08	19,22	0,44	63,85	541,58	283,6	83,1	379,4	2,25	118,4	2150,98	1,62	0,18	1,51
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	60	1,15	0,00	1,55	0,07	6,86	43,17	14,75	14,85	35,05	0,49	0	247,02	0,11	0,06	7,36
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	200	2,27	0,26	1,88	0,00	15,64	87,18	12,89	16,79	46,5	0,69	8,6	179,54	0,25	0,07	5,28
Куры отварные №132, сб.2025	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Капуста тушеная №148, сб. 2025	150	3,37	0,00	4,80	0,00	17,28	118,39	76,11	27,48	54,41	1,07	0	76	2,57	0,05	31,89
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		35,24	25,16	31,03	0,62	87,22	755,58	145,7	93,67	362,3	4,77	66,05	605,15	4	0,29	58,47
Полдник																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Батон с повидлом №4, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Фрукты ТК № 5	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5
Итого за 'Полдник'		11,55	6,11	8,56	2,62	91,73	476,88	270,6	65,57	242,6	5,87	25,28	55,1	1,46	0,22	18,81
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2025	80	1,39	0,00	5,92	0,00	7,91	86,07	26,72	16,69	36,27	0,9	0	7,39	3,02	0,03	3,67
Жаркое по-домашнему №98, сб.2025 г.	180	14,09	11,60	15,38	5,40	20,63	275,42	21,22	41,94	190	2,83	0	11,63	2,87	0,14	8,67
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Итого за 'Ужин'		18,98	13,05	23,12	5,68	44,22	453,84	106,8	73,34	288,2	4,3	9	35,52	6,28	0,23	12,6
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'второй ужин'		5,82	5,49	6,12	0,06	9,62	119,88	229	28,82	187,7	0,38	37,87	42,56	0,07	0,07	1,33
Итого за день		103,12	72,89	88,38	9,76	323,97	2466,31	1053	356,8	1485	20,6	256,6	2889,32	13,81	1,03	96,72

Интернат с 12 лет и старше 4 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак *																
Запеканка из творога №239 сб. 2025	180	30,67	27,65	22,16	0,00	46,95	510,20	300,4	45,29	360,3	1,15	139,2	159,98	0,94	0,11	0,6
Чай №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,05	0,60	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Морковь отварная №16, сб. 2015 г.	100	1,24	0,00	0,10	0,10	7,76	32,36	24,48	34,46	49,87	0,63	0	2015	0,4	0,04	1,01
Итого за 'Завтрак'		35,60	27,65	22,73	0,57	78,36	655,44	335,4	94,84	449,9	2,7	139,2	2174,98	1,95	0,22	1,6
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Винегрет овощной №42, сб.2025	100	1,92	0,00	2,59	0,11	11,44	71,94	24,58	24,75	58,42	0,82	0	411,69	0,19	0,1	12,26
Суп картофельный с лапшой домашней №62 сб.2025	250	2,84	0,33	2,35	0,00	19,55	108,98	16,11	20,99	58,12	0,87	10,75	224,42	0,31	0,08	6,6
Куры отварные №132, сб.2025	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Капуста тушеная №148, сб. 2025	180	4,04	0,00	5,76	0,00	20,73	142,06	91,33	32,98	65,29	1,28	0	91,2	3,08	0,06	38,27
Компот из апельсинов №308, сб. 2025	200	0,47	0,00	0,09	0,00	18,54	73,97	17,12	6,18	10,96	0,2	0	4,1	0,11	0,02	12,8
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		43,61	33,53	40,75	0,53	90,71	884,14	186,3	128,3	497,3	6,68	87,35	862,82	5,16	0,41	71,45
Полдник																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Батон с повидлом №4, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Фрукты ТК № 5	175	0,70	0,00	0,70	0,70	20,30	85,19	28	15,75	19,25	3,85	0	8,75	0,35	0,05	17,5
Итого за 'Полдник'		11,55	6,11	8,56	2,62	91,73	476,88	270,6	65,57	242,6	5,87	25,28	55,1	1,46	0,22	18,81
Ужин																
Салат "Школьный" №32, сб.2025	100	1,74	0,00	7,40	0,00	9,89	107,59	33,4	20,86	45,34	1,13	0	9,24	3,77	0,04	4,58
Жаркое по-домашнему №98, сб.2025 г.	220	17,22	14,17	18,80	6,60	25,21	336,63	25,93	51,26	232,2	3,46	0	14,21	3,5	0,17	10,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Итого за 'Ужин'		22,98	15,62	28,09	6,95	54,15	552,60	119,6	88,99	345,1	5,29	9	39,95	7,76	0,28	15,45
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'второй ужин'		5,98	5,49	6,15	0,09	10,64	124,62	229,8	29,97	191,5	0,48	37,87	42,59	0,11	0,07	1,33
Итого за день		121,75	88,40	106,60	11,09	352,94	2812,23	1159	420	1752	24,1	298,7	3175,44	16,8	1,25	112,6

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 5 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2025	150	4,61	2,16	6,29	0,00	25,27	174,93	93	27,07	111,7	0,59	38,98	43,48	0,13	0,09	0,39
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г.	70/20	8,77	5,15	5,67	0,46	23,60	180,99	206,5	25,87	157,4	1,05	41,16	47,6	0,69	0,08	0,14
Салат "Мазайка" №36, сб.2025	60	0,95	0,00	4,51	0,00	6,28	68,29	10,81	10,8	22,15	0,33	0	390,62	2,3	0,02	1,29
Итого за 'Завтрак'		17,60	10,22	19,61	0,46	69,50	519,29	418,9	84,79	383,2	2,54	92,14	503,77	3,13	0,22	2,34
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
обед																
Салат из свежих помидоров с зеленью № 99	80	0,94	0,00	7,99	7,99	4,08	90,88	25,79	18,1	23,39	0,72	0	149,37	4,12	0,04	24,48
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	200	4,46	0,02	2,71	0,44	16,72	105,25	21,04	24,67	61,19	1,41	11,33	230,42	0,21	0,15	3,73
Шницель № 99, сб. шк. 2025 г.	100	14,46	13,87	6,62	0,31	14,62	175,59	32,06	22,81	126	1	2,59	7,92	0,41	0,05	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	2,23	0,00	0,26	0,26	13,79	67,63	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		27,82	14,70	23,56	9,27	104,54	732,33	347,6	120,5	333,2	4,89	141,5	442,68	5,3	0,72	51,91
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'полдник'		10,08	6,15	9,69	0,42	49,45	319,03	36,56	25,57	106,7	3,6	20,94	70,3	1,21	0,1	11,12
Ужин																
Плов фруктовый №221, сб. 2025	150	4,25	0,08	11,37	0,10	53,41	322,48	39,43	47,71	97,95	1,23	53,1	771,66	1,3	0,05	1,56
Напиток яблочный №312, сб. 2025	200	0,19	0,00	0,18	0,00	18,90	73,99	7,44	3,92	4,79	1	0	2,5	0,1	0,01	2
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	50	0,40	0,00	0,07	0,07	2,55	11,84	2,14	2,88	9,68	0,24	0	0,06	0,09	0,01	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Ужин'		5,25	0,08	12,02	0,57	86,46	457,00	65,01	63,5	123,4	4,66	53,1	779,22	1,68	0,1	13,56
Итого за день		62,77	31,14	65,21	11,05	337,30	2146,21	885,1	306,7	971,9	18,8	307,7	1795,97	11,69	1,18	82,94

Интернат с 12 лет и старше 5 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	А,мг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша молочная "Дружба" №210, сб. 2025	180	5,53	2,59	7,55	0,00	30,32	209,91	111,6	32,49	134,1	0,7	46,78	52,18	0,16	0,1	0,47
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №4, сб.2025г	100/30	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Салат "Мазайка" №36, сб.2025	80	1,26	0,00	6,02	0,00	8,38	91,06	14,41	14,4	29,53	0,44	0	520,82	3,07	0,03	1,73
Итого за 'Завтрак'		19,35	10,65	22,44	0,52	80,02	593,08	442,6	95,96	418,7	2,9	99,94	642,67	4,01	0,25	2,85
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
обед																
Салат из свежих помидоров с зеленью № 19	100	1,17	0,00	9,99	9,99	5,10	113,60	32,24	22,63	29,23	0,9	0	186,71	5,15	0,05	30,61
Суп картофельный с бобовыми №67, сб.2025 г.	250	5,57	0,02	3,39	0,55	20,90	131,56	26,3	30,83	76,48	1,77	14,16	288,02	0,26	0,18	4,66
Шницель № 99, сб. шк. 2025 г.	110	15,91	15,25	7,28	0,34	16,08	193,15	35,27	25,09	138,6	1,1	2,85	8,71	0,45	0,06	0,05
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Кисель "Витошка" витаминный №317, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	15,83	60,17	220	12,18	0	0	102	3,28	0	0,3	11,2
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'обед'		31,88	16,09	27,05	11,56	119,17	837,51	364	135,6	372,6	5,66	144,6	538,42	6,51	0,79	58,97
полдник																
Учпочмак (треугольник) №273 сб.2025	120	9,61	6,15	9,27	0,00	28,71	235,24	20,3	16,57	95,7	1,37	20,94	65,3	1,01	0,07	1,12
Чай с сахаром №300, сб. 2025	200	0,08	0,00	0,02	0,02	9,14	35,11	0,26	0	0	0,03	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'полдник'		10,08	6,15	9,69	0,42	49,45	319,03	36,56	25,57	106,7	3,6	20,94	70,3	1,21	0,1	11,12
Ужин																
Плов фруктовый №221, сб. 2025	220	6,24	0,11	16,68	0,14	78,33	472,97	57,82	69,97	143,7	1,8	77,88	1131,77	1,9	0,08	2,29
Напиток яблочный №312, сб. 2025	200	0,19	0,00	0,18	0,00	18,90	73,99	7,44	3,92	4,79	1	0	2,5	0,1	0,01	2
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Ужин'		7,47	0,11	17,37	0,66	112,92	614,59	84,69	87,49	174,9	5,38	77,88	1139,37	2,34	0,13	14,29
Итого за день		71,33	32,99	76,95	13,56	392,27	2498,81	946,4	359,1	1104	20,7	343,3	2390,76	14,53	1,32	91,23

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 6 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	РЭ,мкг	ГЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	150	5,63	2,11	7,40	0,00	25,60	187,44	104,3	41,95	157,1	1,19	38,63	42,65	0,54	0,15	0,38
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	90/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Завтрак'		10,97	2,16	16,52	0,99	77,16	492,20	137,7	71,08	222,4	4,65	96,45	113,09	1,63	0,27	11,5
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	90	1,51	0,00	7,19	0,00	9,83	104,14	36,38	20,99	41,27	1,34	0	2,11	3,39	0,01	2,11
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025	200	1,59	0,26	4,60	0,15	8,28	78,49	33,17	15,45	37,74	0,56	33,15	191,78	0,18	0,04	9,24
Плов из говядины №120, сб.2025	200	17,51	13,62	18,37	0,00	42,34	403,80	18,73	48,49	224,6	2,68	40,12	452,24	0,72	0,06	0,22
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		22,49	13,88	30,41	0,41	92,58	719,95	94,98	93,7	328,4	5,22	73,27	646,19	4,62	0,16	11,57
Полдник																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Кондитерские изделия ТК № 7	30	0,24	0,24	0,03	0,00	24,24	94,15	7,5	1,8	3,6	0,42	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за 'Полдник'		6,33	5,73	6,69	0,60	49,21	277,58	258,8	41,81	200	3,91	37,87	50,01	0,3	0,1	16,33
Ужин																
Салат с сыром №45, сб.2025	80	7,18	5,62	8,60	0,00	13,38	154,95	202	28,53	158,7	0,5	26,91	474,42	2	0,1	3,98
Картофель тушеный №146, сб. 2025	200	4,16	0,08	12,29	0,00	33,35	256,34	31,1	46,65	117,1	1,8	56,64	524,06	0,52	0,17	16,16
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Ужин'		14,52	8,74	23,76	0,06	63,69	514,53	340,7	89,67	361,9	2,6	95,55	1020,53	2,59	0,31	20,66
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		62,60	36,63	83,71	2,45	322,37	2250,12	1073	336,4	1309	19,8	328,4	1876,18	9,6	0,95	65,15

Интернат с 12 лет и старше 6 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша овсяная молочная жидкая №206, сб. 2025	180	6,75	2,53	8,87	0,00	30,72	224,92	125,2	50,34	188,5	1,43	46,35	51,18	0,64	0,18	0,46
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Фрукты ТК № 5	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68	16	9	11	2,2	0	5	0,2	0,03	10
Итого за 'Завтрак'		12,10	2,58	18,00	0,99	82,28	529,69	158,6	79,47	253,8	4,89	104,2	121,62	1,74	0,3	11,58
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
Обед																
Салат из свеклы с растительным маслом №25, сб.2025	100	1,67	0,00	7,99	0,00	10,92	115,71	40,42	23,32	45,85	1,49	0	2,35	3,77	0,02	2,35
Щи из свежей капусты с картофелем №55, сб.2025 г.	250	1,93	0,26	5,26	0,19	10,27	93,09	39,38	19,12	45,78	0,7	37,69	235,73	0,21	0,05	11,55
Плов из говядины №120, сб.2025	220	19,27	14,98	20,21	0,00	46,57	444,18	20,6	53,34	247	2,94	44,13	497,46	0,79	0,07	0,24
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах с вит. С №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		29,46	15,25	34,26	1,00	129,72	931,35	111,4	110,9	378,5	6,1	81,82	735,54	5,38	0,21	14,14
Полдник																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Кондитерские изделия ТК № 7	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24	13,5	16,5	3,3	0	7,5	0,3	0,05	15
Итого за 'Полдник'		6,41	5,81	6,70	0,60	57,29	308,96	261,3	42,41	201,2	4,05	37,87	50,01	0,3	0,1	16,33
Ужин																
Салат с сыром №45, сб.2025	100	8,97	7,02	10,74	0,00	16,72	193,69	252,5	35,66	198,4	0,62	33,64	593,03	2,49	0,12	4,97
Картофель тушеный №146, сб. 2025	220	4,57	0,09	13,52	0,00	36,69	281,98	34,21	51,32	128,8	1,98	62,3	576,47	0,57	0,19	17,77
Кофейный напиток на молоке №304, сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2" с витаминами и железом №2, сб.2025г.	80	0,65	0,00	0,12	0,12	4,09	18,95	3,43	4,61	15,48	0,38	0	0,1	0,14	0,02	0
Итого за 'Ужин'		17,05	10,15	27,20	0,12	72,41	588,38	396	103,8	421	3,1	108	1191,59	3,21	0,36	23,27
второй ужин																
Молоко кипяченное №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за 'второй ужин'		5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		73,32	39,91	92,49	3,10	381,43	2604,24	1168	376,7	1450	21,5	357,1	2145,13	11,09	1,08	70,4

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 7 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак*																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2025	160	4,28	2,26	6,38	0,00	28,90	189,25	96,09	24,54	108,1	0,39	41,68	46,96	0,16	0,05	0,41
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	80/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Салат "Пестрый" №33, сб.2025	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
Итого за 'Завтрак'		12,98	5,21	20,93	0,59	81,39	557,06	236,3	74,85	271,5	3,02	111,5	136,14	2,45	0,18	1,97
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2025	80	0,90	0,00	7,10	0,00	9,27	100,80	18,96	22,26	36,36	0,46	0	1280	3,79	0,03	1,63
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2025	200/25	9,26	7,66	9,68	0,09	16,71	189,38	23,8	27,65	131,4	1,7	18,53	196,1	0,42	0,08	5,37
Суфле рыбное №88, сб.2025	100	13,02	13,55	11,70	8,79	3,24	170,24	52,77	18,5	147,4	0,99	46,32	86,12	4,31	0,05	0,07
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Компот из свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		28,87	22,02	34,59	9,13	85,24	756,21	150,5	114,4	443,6	5,77	90,39	1615,96	9,15	0,36	21,12
Полдник																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2025	130	23,88	22,27	5,29	0,00	31,80	269,80	149,6	28,33	205,3	0,59	36,4	41,52	0,32	0,06	0,37
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	180	4,94	4,94	5,45	0,00	6,82	99,36	204,5	23,86	161,9	0,17	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Итого за 'Полдник'		28,83	27,21	10,74	0,00	38,61	369,16	354,2	52,2	367,2	0,76	70,49	79,78	0,32	0,11	1,56
Ужин																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2025	180	10,81	5,32	15,87	0,00	34,67	325,45	210,4	18,56	163,4	0,92	112,8	125,96	0,99	0,07	0,14
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Салат "Степной" №40, сб.2025	80	1,31	0,00	2,73	0,00	8,08	59,48	14,76	15,63	37,45	0,49	0	311,3	0,14	0,05	2,39
Итого за 'Ужин'		16,53	6,77	20,51	0,37	63,33	503,28	278	40,28	240	1,45	121,8	453,76	1,18	0,13	2,79
второй ужин																
Напиток апельсиновый №313, сб. шк. 2025 г.б/с	200	0,13	0,00	0,03	0,03	28,65	109,66	5,28	1,7	3	0,12	0	1,2	0,03	0	3,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		1,16	0,00	0,16	0,16	35,39	141,74	8,29	6,01	14,37	0,38	0	1,2	0,2	0,03	3,6
Итого за день		90,39	61,21	87,25	10,59	331,32	2446,01	1044	300	1362	14,5	394,2	2286,84	13,69	0,85	35,03

Интернат с 12 лет и старше 7 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	С,мг
Завтрак																
Каша рисовая молочная жидкая №207, сб. 2025	180	4,82	2,55	7,18	0,00	32,52	212,91	108,1	27,6	121,7	0,44	46,89	52,83	0,19	0,05	0,46
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с маслом ГОСТ 32261-2013 №3, сб.2025г.	100/10	4,69	0,05	8,67	0,59	30,42	217,61	14,7	19,4	53,02	1,2	57,82	65,3	0,88	0,09	0
Салат "Пестрый" №33, сб.2025	60	0,73	0,00	2,74	0,00	7,71	55,12	16,94	9,85	18,39	0,86	0	1,8	1,4	0,01	1,04
Итого за 'Завтрак'		13,51	5,50	21,72	0,59	85,00	580,72	248,3	77,91	285,1	3,07	116,7	142,01	2,47	0,19	2,02
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Маринад овощной без томата №50, сб.2025	100	1,12	0,00	8,88	0,00	11,59	126,00	23,7	27,82	45,46	0,58	0	1600	4,74	0,04	2,03
Рассольник ленинградский с мясом №56, сб.2025	275	9,40	7,71	10,64	0,30	17,50	201,75	27,29	30,91	133,9	1,81	23,16	245,12	0,44	0,1	6,71
Суфле рыбное №88, сб.2025	120	15,62	16,26	14,05	10,55	3,89	204,28	63,33	22,19	176,8	1,18	55,59	103,34	5,17	0,06	0,08
Картофельное пюре № 146, сб. 2025	180	3,66	0,81	5,71	0,00	26,01	168,65	42,72	34,08	99,84	1,24	25,54	51,7	0,22	0,14	12,45
Компот из свежих плодов №311, сб. 2025	200	0,15	0,00	0,14	0,00	17,85	69,55	6,03	3,13	3,83	0,8	0	2	0,08	0,01	1,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		33,02	24,78	39,83	11,36	96,77	864,64	173,2	132,4	499,9	6,56	104,3	2002,23	11,18	0,41	22,88
Полдник																
Сырники из творога со сгущенным молоком №241, сб. 2025	150	27,56	25,69	6,10	0,00	36,69	311,30	172,7	32,69	236,9	0,68	42	47,91	0,37	0,07	0,43
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Итого за 'Полдник'		33,05	31,18	12,16	0,00	44,26	421,71	399,9	59,21	416,8	0,87	79,87	90,42	0,37	0,13	1,75
Ужин																
Макаронные изделия с тертым сыром № 229 сб.2025	230	13,81	6,80	20,28	0,00	44,30	415,85	268,9	23,72	208,8	1,18	144,1	160,95	1,26	0,09	0,18
Чай с молоком №301, сб. shk. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,33	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Салат "Степной" №40, сб.2025	110	1,80	0,00	3,75	0,00	11,11	81,78	20,3	21,49	51,49	0,67	0	428,04	0,2	0,07	3,28
Итого за 'Ужин'		21,52	8,25	26,12	0,35	85,19	661,08	342	51,29	299,4	1,89	153,1	605,48	1,51	0,17	3,72
второй ужин																
Напиток апельсиновый №313, сб. shk. 2025 г	200	0,13	0,00	0,03	0,03	28,65	109,66	5,28	1,7	3	0,12	0	1,2	0,03	0	3,6
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		1,68	0,00	0,22	0,23	38,76	157,78	9,79	8,16	20,05	0,51	0	1,2	0,29	0,04	3,6
Итого за день		104,80	69,71	100,38	12,46	377,33	2804,48	1190	341,3	1547	16	454	2841,34	16,2	0,97	37,97

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 8 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	160	14,81	15,76	23,96	0,00	2,66	285,13	101,8	17,07	226	2,54	244,6	407,79	0,84	0,07	0,22
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №3, сб.2025г.	80/20	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Итого за 'Завтрак'		24,98	20,91	29,83	0,60	41,97	533,38	330,9	57,03	424	4,26	285,8	463,53	1,71	0,19	9,48
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Кондитерские изделия ТК № 7	30	0,24	0,24	0,03	0,00	24,24	94,15	7,5	1,8	3,6	0,42	0	0	0	0	0
Итого за '10:00'		1,24	0,24	0,23	0,20	44,84	180,63	21,5	9,8	17,6	3,22	0	0	0,2	0,02	4
Обед																
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	200/10	1,60	0,21	4,29	0,00	11,96	88,90	33,52	18,37	41,18	0,87	30,88	202,5	0,2	0,04	6,36
Печень по-строгановски №130, сб.2025	110	15,87	16,44	11,18	0,00	2,83	175,64	19,65	16,58	256,3	5,55	3978	26,03	0,12	0,15	4,23
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	160	9,17	0,02	5,89	0,00	48,02	269,58	14,88	140,8	206,2	4,83	25,51	29,72	0,64	0,27	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		29,74	16,67	21,74	0,38	113,86	740,36	112,5	212,7	560,9	12,8	4034	375,9	2,57	0,52	10,77
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Батон с повидлом №4, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Фрукты ТК № 5	130	0,52	0,00	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	13
Итого за 'Полдник'		7,07	1,45	4,00	2,46	79,69	371,91	93,7	41,95	111,8	4,74	9	23	1,42	0,16	13,47
Ужин																
Салат "Здоровье" №34, сб.2025	60	1,02	0,00	2,71	0,00	6,91	52,10	19,06	17,36	31,3	0,61	0	509,55	0,15	0,03	4,82
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	200	10,04	7,90	14,75	6,77	18,43	242,75	36,58	37,88	129,2	1,64	22,23	719,28	3,38	0,1	11,67
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Ужин'		16,91	10,94	20,64	7,12	58,64	478,79	161,5	67,42	238,8	2,37	34,23	1250,83	3,53	0,16	17,01
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за 'второй ужин'		6,52	5,49	6,19	0,13	14,32	142,48	230,3	30,82	191,3	0,45	37,87	42,51	0,17	0,08	1,33
Итого за день		86,46	55,70	82,63	10,90	353,31	2447,55	950,4	419,7	1544	27,8	4401	2155,78	9,61	1,12	56,06

Интернат с 12 лет и старше 8 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	В1,мг	C,мг
Завтрак																
Омлет натуральный №234, сб.2025	180	16,66	17,72	26,95	0,00	2,99	320,77	114,5	19,21	254,2	2,86	275,2	458,76	0,95	0,08	0,25
Чай с лимоном и сахаром №302, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,05	0,00	9,54	38,48	2,73	0,73	1,34	0,06	0	0,14	0,01	0	1,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом с сыром №3, сб.2025г	100/40	9,28	5,15	5,74	0,52	26,97	197,03	208	28,03	163,1	1,18	41,16	47,6	0,77	0,09	0,14
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Итого за 'Завтрак'		26,84	22,88	32,82	0,60	42,30	569,02	343,6	59,17	452,3	4,58	316,3	514,5	1,82	0,19	9,51
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Кондитерские изделия ТК № 7	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Итого за '10:00'		1,32	0,32	0,24	0,20	52,92	212,02	24	10,4	18,8	3,36	0	0	0,2	0,02	4
Обед																
Борщ с капустой и картофелем №58, сб.2025	260	1,94	0,22	4,94	0,00	14,74	106,24	39,91	22,6	49,92	1,08	35,38	247,66	0,24	0,05	7,87
Печень по-строгановски №130, сб.2025	120	17,32	17,93	12,19	0,00	3,08	191,60	21,44	18,09	279,6	6,05	4339	28,4	0,13	0,16	4,61
Каша гречневая рассыпчатая №183, сб. 2025	180	10,32	0,02	6,63	0,00	54,02	303,27	16,74	158,4	232	5,43	28,7	33,44	0,72	0,3	0
Компот из кураги и чернослива №310, сб.2025	200	1,22	0,00	0,12	0,12	38,90	148,65	38,22	28,16	32,43	0,94	0	117,6	1,28	0,02	0,18
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	30	0,24	0,00	0,04	0,04	1,53	7,11	1,29	1,73	5,81	0,14	0	0,04	0,05	0,01	0
Итого за 'Обед'		34,65	18,17	24,39	0,63	135,88	869,14	128,1	244,1	639,5	14,6	4403	427,13	3,03	0,61	12,66
Полдник																
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Батон с повидлом №4, сб.2025г.	60	5,11	0,00	1,92	1,92	62,41	280,44	20,1	24,16	58,37	1,84	0	0	1,11	0,11	0,21
Фрукты ТК № 5	130	0,52	0,00	0,52	0,52	15,08	63,28	20,8	11,7	14,3	2,86	0	6,5	0,26	0,04	13
Итого за 'Полдник'		7,07	1,45	4,00	2,46	79,69	371,91	93,7	41,95	111,8	4,74	9	23	1,42	0,16	13,47
Ужин																
Салат "Здоровье" №34, сб.2025	80	1,36	0,00	3,62	0,00	9,21	69,47	25,42	23,15	41,74	0,82	0	679,4	0,2	0,04	6,43
Рагу овощное с курами №118, сб.2014 г.	230	13,59	11,25	18,90	7,78	21,20	304,72	43,74	45,43	165,8	2,06	30,04	836,22	3,95	0,12	13,45
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	90	0,73	0,00	0,13	0,13	4,60	21,32	3,86	5,18	17,42	0,43	0	0,11	0,16	0,02	0
Итого за 'Ужин'		18,54	14,30	25,47	7,91	49,92	489,27	178,9	85,94	303,2	3,42	42,04	1537,73	4,31	0,21	20,4
второй ужин																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	7,57	110,40	227,3	26,51	179,9	0,19	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за 'второй ужин'		7,04	5,49	6,26	0,20	17,69	158,52	231,8	32,98	197	0,58	37,87	42,51	0,26	0,09	1,33
Итого за день		95,46	62,61	93,17	12,00	378,39	2669,88	1000	474,5	1723	31,2	4809	2544,88	11,04	1,28	61,37

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 9 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2025 г.	160	20,05	19,64	12,15	0,15	30,33	309,91	150,2	22,55	199,1	0,64	56,79	108,47	0,53	0,04	0,11
Чай с молоком №301, сб. shk. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Салат витаминный №21	80	1,18	0,00	3,64	0,00	10,27	74,74	28,83	14,73	24,45	0,73	0	402,55	1,93	0,02	5,07
Итого за 'Завтрак'		25,77	21,09	17,74	0,56	63,02	509,08	240,8	56,31	296,8	2,2	65,79	527,52	3,03	0,14	5,44
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	200	2,10	0,26	2,12	0,00	13,87	81,68	12,03	14,19	40,49	0,62	16,8	179,46	0,24	0,06	3,68
Куры отварные №132, сб.2025	90	23,46	24,90	22,16	0,00	0,40	294,58	20,33	21,9	198,3	1,93	57,46	98,5	0,69	0,07	1,14
Пюре гороховое №178, сб. 2025	150	14,68	0,02	4,77	0,00	42,21	257,47	81,89	74,18	224,1	4,82	23,92	26,47	0,04	0,5	0
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	0,32	0,00	0,06	0,06	2,04	9,48	1,72	2,3	7,74	0,19	0	0,05	0,07	0,01	0
Итого за 'Обед'		42,87	25,18	29,56	0,32	86,69	766,57	131,7	125,8	499,5	9,1	98,17	307,12	1,5	0,7	7,94
Полдник																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	180	4,94	4,94	5,45	0,00	14,64	129,10	204,8	23,86	161,9	0,19	34,09	38,26	0	0,05	1,19
Кондитерские изделия ТК № 7	20	0,16	0,16	0,02	0,00	16,16	62,77	5	1,2	2,4	0,28	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Полдник'		5,82	5,10	6,19	0,72	51,68	279,49	238,6	41,26	184,1	4,43	34,09	47,26	0,36	0,11	19,19
Ужин																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	80	0,64	0,00	0,08	0,08	2,80	12,74	18,4	11,2	33,6	0,48	0	8	0,08	0,02	8
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2025	180	14,34	11,85	12,85	0,56	26,40	276,52	22,47	44,84	173,3	1,89	14,79	36,76	2,1	0,09	0,82
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	48	2,48	0,00	0,31	0,31	16,18	76,99	7,21	10,35	27,28	0,63	0	0	0,42	0,05	0
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Итого за 'Ужин'		20,73	14,75	16,38	0,95	59,73	461,33	156,7	87,45	326,2	3,57	26,79	66,83	2,61	0,19	9,34
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		8,72	6,11	6,29	0,35	27,40	201,43	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		105,94	72,22	76,49	3,24	315,86	2336,45	1007	348,8	1497	22,6	250,1	995,09	7,87	1,24	47,02

Интернат с 12 лет и старше 9 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Пудинг творожный со сметаной №243, сб.шк 2025 г.	180	22,54	22,08	13,62	0,17	34,11	348,06	168,7	25,35	223,8	0,72	63,6	121,49	0,6	0,05	0,12
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Салат витаминный №21	100	1,48	0,00	4,55	0,00	12,84	93,43	36,03	18,41	30,56	0,92	0	503,18	2,41	0,03	6,34
Итого за 'Завтрак'		29,08	23,53	20,18	0,64	72,74	581,95	268,1	64,94	333,3	2,6	72,6	641,17	3,67	0,16	6,72
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	20	1,03	0,00	0,13	0,13	6,74	32,08	3,01	4,31	11,37	0,26	0	0	0,17	0,02	0
Итого за '10:00'		2,03	0,00	0,33	0,33	27,34	118,56	17,01	12,31	25,37	3,06	0	0	0,37	0,04	4
Обед																
Суп картофельный с клецками №64, сб.2025	250	2,63	0,32	2,66	0,00	17,34	102,10	15,04	17,74	50,62	0,77	21	224,33	0,3	0,08	4,6
Куры отварные №132, сб.2025	120	31,27	33,20	29,54	0,00	0,53	392,77	27,1	29,2	264,5	2,58	76,61	131,33	0,92	0,09	1,52
Пюре гороховое №178, сб. 2025	180	17,62	0,02	5,73	0,00	50,66	308,96	98,27	89,01	268,9	5,79	28,7	31,77	0,05	0,6	0
Напиток яблочно-лимонный №312, сб. 2025	200	0,25	0,00	0,18	0,00	14,68	59,21	9,77	4,65	6,12	1,02	0	2,64	0,11	0,01	3,12
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	40	2,06	0,00	0,26	0,26	13,48	64,16	6,01	8,62	22,74	0,52	0	0	0,35	0,04	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	0,49	0,00	0,09	0,09	3,06	14,21	2,57	3,45	11,61	0,29	0	0,08	0,11	0,01	0
Итого за 'Обед'		54,31	33,54	38,46	0,35	99,75	941,41	158,8	152,7	624,4	11	126,3	390,14	1,84	0,84	9,24
Полдник																
Кисломолочный продукт №297 сб. 2025	200	5,49	5,49	6,06	0,00	16,27	143,44	227,5	26,51	179,9	0,22	37,87	42,51	0	0,06	1,33
Кондитерские изделия ТК № 7	40	0,32	0,32	0,04	0,00	32,32	125,54	10	2,4	4,8	0,56	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	180	0,72	0,00	0,72	0,72	20,88	87,62	28,8	16,2	19,8	3,96	0	9	0,36	0,05	18
Итого за 'Полдник'		6,53	5,81	6,82	0,72	69,47	356,60	266,3	45,11	204,5	4,74	37,87	51,51	0,36	0,11	19,33
Ужин																
Огурцы свежие ТК № 8 сб. 2025	100	0,80	0,00	0,10	0,10	3,50	15,93	23	14	42	0,6	0	10	0,1	0,03	10
Запеканка картофельная с мясом №122, сб.2025	220	17,52	14,48	15,71	0,69	32,26	337,96	27,47	54,81	211,8	2,31	18,08	44,93	2,57	0,11	1,01
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	80	4,13	0,00	0,52	0,52	26,97	128,31	12,02	17,25	45,47	1,05	0	0	0,69	0,08	0
Какао с молоком № 306, сб.2025	200	3,27	2,90	3,13	0,00	14,35	95,08	108,6	21,05	91,98	0,57	12	22,07	0,01	0,03	0,52
Итого за 'Ужин'		25,73	17,38	19,46	1,31	77,09	577,29	171,1	107,1	391,3	4,53	30,08	77	3,37	0,25	11,53
второй ужин																
Молоко кипяченое №299, сб.2025	200	5,74	6,11	5,93	0,00	9,01	111,25	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'второй ужин'		10,21	6,11	6,46	0,53	36,59	246,51	222,5	25,66	165	0,18	25,28	46,35	0	0,06	1,1
Итого за день		127,89	86,38	91,72	3,88	382,98	2822,33	1104	407,8	1744	26,1	292,2	1206,17	9,61	1,47	51,91

[illegible]

[illegible]

Интернат 7-11 лет 10 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2025	160	6,37	2,93	8,00	0,00	28,16	208,43	126,6	36,54	144,9	0,91	56,9	63,69	0,24	0,12	0,22
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2025	80	1,04	0,00	4,63	0,00	14,22	97,13	19,22	11,26	22,1	0,72	0	1,31	2,35	0,01	0,52
Итого за 'Завтрак'		13,89	5,98	15,90	0,46	80,89	511,60	262,3	75,07	285,1	2,66	68,9	87	3,2	0,23	1,26
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	60	0,47	0,00	2,83	0,00	2,88	37,82	9	7,24	15,36	0,34	0	34,52	0,2	0,02	3,42
Суп кудрявый №78.3, сб.2025	200	5,94	4,28	6,67	0,36	16,69	148,81	26,8	23,8	84,49	1,18	36,86	221,15	0,63	0,09	7,68
Биточки рыбные №83 сб.2025	90	11,02	10,19	7,55	0,00	13,24	164,60	46,74	34,71	144,1	0,86	3,84	11,13	3,73	0,06	0,1
Макаронные изделия отварные №227, сб.2025	150	5,30	0,02	3,53	0,00	34,15	189,06	8,97	7,11	39,33	0,72	14,35	26,47	0,81	0,06	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	50	2,58	0,00	0,33	0,33	16,86	80,20	7,51	10,78	28,42	0,65	0	0	0,43	0,05	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		28,29	14,48	21,25	1,04	122,19	786,59	99,5	83,64	311,7	3,8	55,05	293,27	5,8	0,29	11,2
Полдник																
Дучмаки с творогом №281, сб. 2025	100	13,81	11,59	17,58	0,00	29,62	332,07	100,2	18,94	171,7	0,87	76,43	138,85	1,37	0,07	0,14
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Полдник'		13,90	11,59	17,66	0,00	54,05	426,01	104,4	20,9	174,1	1,41	76,43	140,1	1,42	0,07	1,14
Ужин																
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2025	180	17,31	12,58	15,76	0,00	25,74	306,23	137,3	51,65	211	2,16	75,39	101,96	0,58	0,09	25,21
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	40	2,98	0,00	0,35	0,35	18,38	90,18	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16
Итого за 'Ужин'		22,37	14,03	18,31	1,01	64,88	502,48	215,7	72,14	267,7	5,72	84,39	126,46	0,95	0,16	41,47
Итого за день		81,00	46,09	73,52	2,91	352,72	2361,28	700,3	266,2	1070	16,8	284,8	646,82	11,84	0,8	59,06

Интернат с 12 лет и старше 10 день	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
		всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мг	PЭ,мкг	TЭ,мг	B1,мг	C,мг
Завтрак																
Каша пшениная молочная жидкая №208, сб. 2025	180	7,17	3,30	9,00	0,00	31,68	234,48	142,5	41,11	163,1	1,02	64,01	71,66	0,27	0,14	0,24
Кофейный напиток на молоке №304,сб.2025	200	2,86	3,04	2,82	0,00	14,91	93,76	105,9	12,18	78,3	0,11	12	22	0	0,03	0,52
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	70	3,61	0,00	0,46	0,46	23,60	112,28	10,52	15,09	39,79	0,91	0	0	0,61	0,07	0
Салат из свеклы с изюмом №26, сб.2025	100	1,31	0,00	5,78	0,00	17,77	121,42	24,03	14,07	27,62	0,9	0	1,63	2,94	0,01	0,65
Итого за 'Завтрак'		14,95	6,35	18,06	0,46	87,96	561,94	282,9	82,45	308,8	2,95	76,01	95,29	3,82	0,25	1,42
10:00																
Сок фруктовый ТК № 6	200	1,00	0,00	0,20	0,20	20,60	86,48	14	8	14	2,8	0	0	0,2	0,02	4
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	30	1,55	0,00	0,20	0,20	10,11	48,12	4,51	6,47	17,05	0,39	0	0	0,26	0,03	0
Итого за '10:00'		2,55	0,00	0,40	0,40	30,71	134,60	18,51	14,47	31,05	3,19	0	0	0,46	0,05	4
Обед																
Салат из свежих помидоров и огурцов №15	80	0,62	0,00	3,77	0,00	3,84	50,43	12	9,66	20,48	0,45	0	46,02	0,27	0,02	4,56
Суп кудрявый №78.3, сб.2025	250	7,42	5,34	8,33	0,45	20,87	186,01	33,5	29,75	105,6	1,47	46,08	276,44	0,79	0,12	9,6
Биточки рыбные №83 сб.2025	120	14,70	13,58	10,07	0,00	17,66	219,46	62,32	46,27	192,1	1,15	5,12	14,84	4,97	0,08	0,13
Макаронные изделия отварные №227, сб.2025	180	6,36	0,02	4,23	0,00	40,98	226,87	10,76	8,53	47,2	0,86	17,22	31,77	0,97	0,08	0
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах №324, сб.2025	200	0,00	0,00	0,00	0,00	19,98	75,92	0,48	0	0	0,06	0	0	0	0	0
Хлеб пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №1, сб.2025г.	60	3,10	0,00	0,39	0,39	20,23	96,24	9,02	12,94	34,1	0,78	0	0	0,52	0,06	0
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Итого за 'Обед'		36,67	18,95	27,32	1,37	151,13	990,21	128,1	107,2	399,5	4,77	68,42	369,06	7,52	0,36	14,29
Полдник																
Дучмаки с творогом №281, сб. 2025	120	16,57	13,91	21,09	0,00	35,54	398,48	120,2	22,73	206,1	1,04	91,72	166,62	1,65	0,08	0,16
Напиток из свежих фруктов №320, сб. 2025	200	0,09	0,00	0,09	0,00	24,44	93,94	4,15	1,96	2,39	0,54	0	1,25	0,05	0,01	1
Итого за 'Полдник'		16,66	13,91	21,18	0,00	59,98	492,42	124,4	24,69	208,5	1,58	91,72	167,87	1,7	0,09	1,16
Ужин																
Запеканка капустная с мясом №121, сб.2025	180	17,31	12,58	15,76	0,00	25,74	306,23	137,3	51,65	211	2,16	75,39	101,96	0,58	0,09	25,21
Чай с молоком №301, сб. шк. 2025 г.	200	1,44	1,45	1,56	0,02	2,19	28,19	52,8	6,09	39,15	0,04	9	16,5	0,05	0,01	0,26
Хлеб ржано-пшеничный "Свежий2"с витаминами и железом №2, сб.2025г.	60	4,47	0,00	0,53	0,53	27,58	135,26	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Фрукты ТК № 5	160	0,64	0,00	0,64	0,64	18,56	77,89	25,6	14,4	17,6	3,52	0	8	0,32	0,05	16
Итого за 'Ужин'		23,86	14,03	18,49	1,19	74,07	547,57	215,7	72,14	267,7	5,72	84,39	126,46	0,95	0,16	41,47
Итого за день		94,69	53,24	85,44	3,41	403,85	2726,73	769,6	300,9	1216	18,2	320,5	758,68	14,45	0,91	62,34

[illegible]

[illegible]