

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>1 день</b>								
<i>Завтрак</i>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
285	Пудинг творожный запеченный	140	21,09	7,47	28,93	266,93		
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05		
140	Суп молочный с крупой овсяной	200	4,80	5,00	16,44	130,00		
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<i>Обед</i>								
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00		
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08		
331	Бифштекс рубленый паровой	90	18,00	12,21	0,00	182,57		
217	Овощное рагу	180	3,88	14,40	16,20	210,46		
573(пр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
480	Кисель из яблок сушеных	200	0,10	0,01	13,20	53,00		
<i>Полдник</i>								
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00		
581(пр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<i>Ужин</i>								
45	Салат из белокочанной капусты	80	1,05	2,60	5,17	48,32		
299	Рыба, тушеная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	110,36		
309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,52	26,45	168,45		
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<i>Второй ужин</i>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,40	0,90	7,20	58,50		
414	Пирог открытый	75	4,64	2,42	41,49	20,25		
Медицинский работник								
Зав. столовой								
Ответственный по питанию								

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>2 день</b>								
<b>Завтрак</b>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00		
399	Блинчики со сметаной	60/15	3,38	1,80	23,52	123,91		
140	Суп молочный с крупой гречневой	200	4,80	5,00	16,44	130,00		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
467	Напиток из цикория с молоком	200	4,50	3,70	18,10	124,00		
<b>Обед</b>								
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00		
113	Суп- лапша домашняя	200	2,05	4,43	9,30	92,60		
265	Плов из мяса	250	27,48	28,15	43,37	536,67		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10			
<b>Полдник</b>								
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00		
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<b>Ужин</b>								
99	Салат "Кабачок"	80	0,40	7,76	2,88	83,20		
411	Оладьи из печени по - кунцевски	110	22,66	15,62	20,90	314,60		
472	Картофель в молоке	180	3,48	5,64	28,20	174,00		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<b>Второй ужин</b>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90		
429	Булочка "Веснушка"	50	3,90	3,06	23,90	0,00		
<b>Медицинский работник</b>								
<b>Зав. столовой</b>								
<b>Ответственный по питанию</b>								

**Фактическое ежедневное меню**



**Меню**

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>3 день</b>								
<b>Завтрак</b>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/15	11,58	17,14	43,40	418,50		
139	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,76	6,48	19,70	160,20		
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00		
<b>Обед</b>								
33	Салат из свеклы с сыром и чесноком	80	3,84	8,56	5,20	112,80		
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	87,95		
333	Рыба запеченная	130	13,26	11,44	1,34	280,80		
476	Картофель запеченный	180	4,92	18,12	40,32	343,20		
573(пр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00		
<b>Полдник</b>								
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00		
581(пр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<b>Ужин</b>								
30	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80	0,88	8,08	2,88	84,80		
372	Шницели припущенные из птицы	90	18,00	16,20	9,64	255,86		
271	Каша перловая с овощами	150	7,13	10,95	28,28	240,00		
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<b>Второй ужин</b>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90		
631	Булочка ванильная	50	3,60	4,15	27,05	160,00		
<b>Медицинский работник</b>								
<b>Зав. столовой</b>								
<b>Ответственный по питанию</b>								

Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
И.О. Директора  
ГБУ ДОР РК "ДОЦ" "Сокол"  
А.В. Плахутина  
2026г



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
2026г

Дата:

Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>4 день</b>								
<b>Завтрак</b>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
15	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,00		
210	Омлет натуральный	159	14,78	26,32	2,80	307,03		
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00		
<b>Обед</b>								
36	Салат "Школьные годы"	80	1,20	8,08	3,52	92,00		
117	Суп из овощей с фасолью	200	3,20	3,94	7,38	77,80		
441	Чахохбили (мясо птицы)	125	22,33	22,17	6,33	314,17		
312	Пюре картофельное	180	3,68	5,76	24,53	164,70		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
480	Кисель из яблок сушеных	200	0,10	0,01	13,20	53,00		
<b>Полдник</b>								
338	Фрукты свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00		
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<b>Ужин</b>								
21	Салат из моркови	80	0,96	4,80	8,96	83,20		
332	Овощи фаршированные мясом и рисом	250	16,21	17,24	14,14	277,59		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<b>Второй ужин</b>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90		
421	Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	23,55	0,00		
<b>Медицинский работник</b>								
<b>Зав. столовой</b>								
<b>Ответственный по питанию</b>								

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>5 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
209	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00
401	Оладьи с молоком сгущенным	100/15	8,77	8,44	49,10	307,12
140	Суп молочный с крупой манной	200	4,80	5,00	16,44	130,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,20
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Обед</b>						
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
108/109	Суп картофельный с клецками	200	2,85	3,67	15,03	115,40
356	Печень говяжья по-строгоновски	125	24,38	11,75	9,50	241,25
303	Каша вязкая из крупы пшеничной	150	4,00	4,24	24,56	152,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
49	Салат из белокочанной капусты с огурцами "Ароматный"	80	0,96	8,08	1,60	83,20
346	Котлеты "Золотая рыбка" (минтай)	130	22,19	15,43	10,23	268,67
142	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	3,92	15,11	27,19	259,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
446	Кекс столичный	50	3,05	9,23	28,71	210,00

Медицинский работник  
Зав. столовой  
Ответственный по питанию

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>6 день</b>								
<b>Завтрак</b>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
204	Макаронные изделия отварные с сыром	140	9,48	11,14	23,88	234,08		
140	Суп молочный с крупой гречневой	200	4,80	5,00	16,44	130,00		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
467	Напиток из цикория с молоком	200	4,50	3,70	18,10	124,00		
<b>Обед</b>								
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00		
119	Суп картофельный с рыбой	200	9,44	3,12	8,64	100,40		
440	Плов из птицы	250	25,83	30,83	46,17	565,00		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
481	Кисель витаминный (шиповник)	200	0,10	0,10	12,40	51,00		
<b>Полдник</b>								
338	Фрукты свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00		
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<b>Ужин</b>								
14	Салат из свежих огурцов	80	0,56	4,80	1,44	51,20		
269	Котлеты (особые) мясные	90	12,88	20,59	10,91	283,09		
217	Овощное рагу	180	3,88	14,40	16,20	210,46		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<b>Второй ужин</b>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90		
627	Булочка с повидлом	50	3,60	2,00	29,80	152,00		
<b>Медицинский работник</b>								
<b>Зав. столовой</b>								
<b>Ответственный по питанию</b>								

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>7 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
324	Пудинг из творога с яблоками	140	7,84	12,74	20,58	284,20
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
182	Каша жидкая молочная овсяная	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
<b>Обед</b>						
35	Салат "Полынский" (капуста белокочанная, помидоры свежие, огурцы свежие, перец сладкий)	80	0,88	8,08	2,96	88,00
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,20
367	Жаркое по - домашнему	250	28,17	26,83	22,33	443,33
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
494	Компот из плодов или ягод сушеных	200	0,03	0,00	1,75	7,20
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60
пр	Мороженое	75	2,80	7,50	14,55	0,00
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
81	Салат из свеклы с сыром и маслом растительным	80	2,40	4,56	3,84	65,60
308	Котлеты рыбные любительские (минтай)	130	16,25	1,95	6,76	109,20
303	Каша вязкая из крупы пшенной	150	4,18	5,01	23,94	157,50
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
440	Булочка "Творожная"	50	6,54	3,03	19,34	131,00
<b>Медицинский работник</b>						
<b>Зав. столовой</b>						
<b>Ответственный по питанию</b>						



Фактическое ежедневное меню



Согласовано  
И.О. Директора  
ГБОУ ДО РК "ДОЦ" Сокол"  
А.В. Плахутина  
2026г



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
г. Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
2026г

Дата:

Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>9 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/15	11,58	17,14	43,40	418,50
121	Суп молочный с крупой кукурузной	200	2,97	3,57	6,14	71,20
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Обед</b>						
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
299	Рыба, тушенная в томате с овощами	150	14,68	2,46	7,18	110,36
472	Картофель в молоке	180	3,48	5,64	28,20	174,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
49	Салат из белокачанной капусты с огурцами "Ароматный"	80	0,96	8,08	1,60	83,20
389	Котлеты "Самарская аппетитка" (говядина)	90	19,44	16,38	6,84	252,00
205	Макароны отварные (рожки) с овощами	150	5,17	5,99	28,52	188,40
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
631	Булочка ванильная	50	3,60	4,15	27,05	160,00
<b>Медицинский работник</b>						
<b>Зав. столовой</b>						
<b>Ответственный по питанию</b>						

**Фактическое ежедневное меню**



Согласовано  
И.О. Директора  
**ГБУ ДО РК "ДОЦ" Сокол**  
А.В. Плахутина  
2026г



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор **ООО "Сбалансированное питание"**  
г.Симферополь  
Ю.В. Евсюков  
2026г

Дата: \_\_\_\_\_

**Меню**

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>10 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00
210	Омлет натуральный	159	14,78	26,32	2,80	307,03
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(пр)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
462	Какао с молоком	200	3,30	2,90	13,80	94,00
<b>Обед</b>						
33	Салат овощной с яблоками и сладким перцем	80	1,76	8,16	4,00	93,60
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
370	Азу	250	22,25	25,00	22,13	402,50
573(пр)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
481	Кисель витаминный (шиповник)	200	0,10	0,10	12,40	51,00
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
581(пр)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
446	Биточки рубленые из птицы (паровые)	90	15,66	8,82	9,90	183,60
303	Каша вязкая из крупы пшеничной	150	4,18	5,01	23,94	157,50
573(пр)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(пр)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
440	Булочка "Творожная"	50	6,54	3,03	19,34	131,00
<b>Медицинский работник</b>						
<b>Зав. столовой</b>						
<b>Ответственный по питанию</b>						

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>11 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
285	Пудинг творожный запеченный	140	21,09	7,47	28,93	266,93
471	Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,05
140	Суп молочный с крупой манной	200	4,80	5,00	16,44	130,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
460	Чай с молоком	200	1,60	1,30	11,50	64,00
<b>Обед</b>						
81	Салат из свеклы с сыром и маслом растительным	80	2,40	4,56	3,84	65,60
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
310	Шницель рыбный натуральный	130	19,07	1,73	9,19	128,27
184	Рулет картофельный с яйцом	180	11,34	7,92	20,34	198,00
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
68	Салат картофельный с зеленым горошком	80	1,33	4,13	7,20	72,00
392	Пельмени отварные с маслом	250	25,73	15,18	43,96	415,85
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,63
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
627	Булочка с повидлом	50	3,60	2,00	29,80	152,00
<b>Медицинский работник</b>						
<b>Зав. столовой</b>						
<b>Ответственный по питанию</b>						



**Фактическое ежедневное меню**



Согласовано  
И.О. Директора  
**ГБОУ ДО РК "ДОЦ" "Сокол"**  
**А.В. Плахутина**  
" " " 2026г



**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор ООО "Сбалансированное  
питание"  
**г.Симферополь**  
**Ю.В. Евсюков**  
" " " 2026г

Дата:

**Меню**

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
<b>13 день</b>						
<b>Завтрак</b>						
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00
223	Запеканка из творога с молоком сгущенным	140/15	11,58	17,14	43,40	418,50
182	Каша жидкая молочная овсяная с м/с	200/5	7,63	12,52	33,45	278,21
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Обед</b>						
35	Салат "Полынский" (капуста белокочанная, помидоры свежие, огурцы свежие, перец сладкий)	80	0,88	8,08	2,96	88,00
123	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	1,94	4,76	6,32	76,00
395	Вареники с картофелем	250	26,78	6,86	49,24	366,22
433	Сметана 15 %	15	0,36	2,25	0,49	23,63
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
<b>Полдник</b>						
338	Плоды свежие	200	0,80	0,80	19,60	94,00
581(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,89	0,71	11,25	54,90
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80
<b>Ужин</b>						
196	Кабачки, запеченные под соусом	80	3,28	3,28	11,76	89,60
333	Рыба запеченная	130	13,26	11,44	1,34	280,80
303	Каша вязкая из крупы рисовой	150	2,56	4,17	26,57	154,05
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00
<b>Второй ужин</b>						
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90
421	Сдоба обыкновенная	50	3,88	2,36	23,55	131,00
<b>Медицинский работник</b>						
<b>Зав. столовой</b>						
<b>Ответственный по питанию</b>						

Фактическое ежедневное меню



Меню

Сезон: Весенне - летний; Возрастная категория 7 -11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего	всего	всего		
<b>14 день</b>								
<i>Завтрак</i>								
14	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00		
15	Сыр (порциями)	15	3,48	4,43	0,00	54,00		
210	Омлет натуральный	159	14,78	26,32	2,80	307,03		
139	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,76	6,48	19,70	160,20		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,60		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,36	0,26	7,96	39,60		
459	Чай с лимоном	200	0,30	0,10	9,50	40,00		
<i>Обед</i>								
53	Салат "Витаминный" (1 вариант)	80	0,96	4,16	7,60	72,00		
119	Суп картофельный с рыбой	200	9,44	3,12	8,64	100,40		
374	Мясо в кисло - сладком соусе	125	20,88	21,88	9,75	320,00		
303	Каша вязкая из крупы гречневой	150	4,58	5,01	20,52	145,50		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	60	4,56	0,48	29,52	140,40		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,72	0,52	15,92	79,20		
481	Кисель витаминный (шиповник)	200	0,10	0,10	12,40	51,00		
<i>Полдник</i>								
338	Плоды свежие	180	0,72	0,72	17,64	84,60		
пр	Мороженое	75	2,80	7,50	14,55	0,00		
389	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,80		
<i>Ужин</i>								
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00		
368	Суфле из птицы	90	11,59	11,48	3,94	165,38		
312	Пюре картофельное	100	2,04	3,20	13,63	91,50		
139	Капуста тушеная	100	2,04	3,68	7,89	77,00		
573(ПР)	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,00		
575(ПР)	Хлеб ржано-пшеничный	30	2,04	0,39	11,94	59,40		
457	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	9,30	38,00		
<i>Второй ужин</i>								
386	Кисломолочный напиток	180	5,22	4,50	7,38	90,90		
614	Булочка "Ароматная"	50	3,90	4,80	30,20	180,00		
<b>Медицинский работник</b>								
<b>Зав. столовой</b>								
<b>Ответственный по питанию</b>								