

Согласовано  
Директор ГБОУ РК

"Керченский учебно-воспитательный  
комплекс-интернат-лицей"

г.Керчь

 В.С. Арустамян

*03 сентября* 2025г



Утверждаю

Директор

ООО "Сбалансированное питание"

г.Симферополь

 Е.В.Евсюкова

*03 сентября* 2025г.



**Основное (организованное) цикличное меню обед для детей,  
находящихся на обучении в школах - интернатах, СанПиН 2.3/2.4.3590-**

**20**

**Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет**

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№ рец	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>1 день (понедельник)</b>					
	<i>Обед</i>					
30	Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,20	4,96	6,08	73,6
155	Суп Любительский	200	4,72	2,08	20,24	119,20
331	Бифштекс рубленый паровой	90	18,00	12,21	0,00	182,57
125	Картофель отварной с маслом сливочным	150	2,89	5,66	19,99	150,0
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
580(ПР)	Кондитерские изделия	15	0,59	4,59	9,38	81,15
495	Компот из смеси сухофруктов	200	0,60	0,10	20,10	84,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>815</b>	<b>33,83</b>	<b>30,39</b>	<b>112,32</b>	<b>866,92</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>2 день (вторник)</b>					
	<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	1,66	4,11	11,02	95,94
265	Плов	240	26,38	27,02	41,63	515,20
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
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>985</b>	<b>37,32</b>	<b>33,01</b>	<b>140,75</b>	<b>1019,34</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>3 день (среда)</b>					
	<i>Обед</i>					
34	Салат из свеклы с чесноком	80	1,12	4,88	6,00	72,80
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
496	Котлеты из филе птицы панированные	90	11,39	7,88	3,43	143,10
143	Рагу из овощей	150	2,53	15,70	12,29	202,86
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
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	<b>Итого за прием</b>	<b>785</b>	<b>23,14</b>	<b>33,79</b>	<b>98,00</b>	<b>811,81</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>4 день (четверг)</b>					
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
101	Суп картофельный с крупой	200	1,97	2,71	12,11	85,75
347	Котлеты "Школьные"	90	13,77	9,90	11,97	191,70
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
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
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>800</b>	<b>25,39</b>	<b>18,38</b>	<b>93,52</b>	<b>645,10</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>5 день (пятница)</b>					
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
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
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	<b>Итого за прием</b>	<b>780</b>	<b>36,21</b>	<b>35,05</b>	<b>124,79</b>	<b>968,16</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>6 день (понедельник)</b>					
	<i>Обед</i>					
86	Салат "Бурячок"	80	2,20	6,20	8,80	100,00
116	Суп из овощей со сметаной	200/5	1,64	3,71	5,19	60,68
411	Оладьи из печени по - кунцевски	100	20,60	14,20	19,00	286,00
475	Картофельное пюре с морковью	150	2,90	7,20	18,50	151,00
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
338	Плоды свежие	180	2,70	0,90	37,80	172,80
481	Кисель витаминный	200	0,10	0,10	12,40	51,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>995</b>	<b>35,98</b>	<b>33,10</b>	<b>138,23</b>	<b>997,88</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>7 день (вторник)</b>					
	<i>Обед</i>					
70	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
309	Макаронные изделия отварные с м/с	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
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	<b>Итого за прием</b>	<b>845</b>	<b>28,69</b>	<b>12,24</b>	<b>109,83</b>	<b>671,04</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>8 день (среда)</b>					
	<i>Обед</i>					
27	Салат из свеклы и моркови	80	1,04	4,88	5,84	71,20
102	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4,39	4,22	13,23	118,60
322	Рагу из овощей и мяса	240	16,32	16,32	16,32	277,44
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
580(ПР)	Кондитерские изделия	20	0,78	6,12	12,50	108,20
486	Компот из свежих плодов и ягод	200	0,10	0,10	11,10	46,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>820</b>	<b>28,47</b>	<b>32,43</b>	<b>95,53</b>	<b>797,84</b>

### Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>9 день (четверг)</b>					
	<i>Обед</i>					
71	Овощи натуральные по сезону	80	0,64	0,08	1,36	8,00
96	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	1,72	4,18	10,41	93,89
310	Шницель рыбный натуральный	120	17,60	1,60	8,48	118,40
312	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25
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
389	Сок фруктовый	180	0,54	0,36	29,34	122,76
	<b>Итого за прием</b>	<b>815</b>	<b>29,40</b>	<b>11,81</b>	<b>106,56</b>	<b>656,70</b>

# Сезон: Осенний; Возрастная категория 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
	<b>10 день (пятница)</b>					
	<i>Обед</i>					
25	Салат из моркови с зел. гор-ом	80	1,55	4,88	4,64	68,80
82	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/5	1,48	4,03	8,96	85,08
440	Плов из птицы	240	24,80	29,60	44,32	542,40
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
338	Фрукты свежие	200	3,00	1,00	42,00	192,00
494	Компот из фруктов или ягод сушеных	200	0,30	0,01	17,50	72,00
	<b>Итого за прием</b>	<b>1005</b>	<b>36,97</b>	<b>40,31</b>	<b>153,96</b>	<b>1136,68</b>
	<i>Среднедневное значение за 10 дней</i>		<b>31,54</b>	<b>28,05</b>	<b>117,35</b>	<b>857,15</b>
	<i>Норма</i>		<b>26,95</b>	<b>27,65</b>	<b>117,25</b>	<b>822,50</b>
	<i>Процент выполняемости</i>		<b>117,03</b>	<b>101,45</b>	<b>100,09</b>	<b>104,21</b>