

СОГЛАСОВАНО

Главный врач

Л.В.З. ПНД-3

12.06

2026 г.

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор ООО "СЭД"

Берус А.В.

01. 2026 г.

Циклическое десятидневное меню
рационов горячего двухразового питания (завтрак, обед) для организации питания пациентов
дневного стационара и медико-реабилитационного отделения

Санкт-Петербургского государственного бюджетного учреждения здравоохранения «Психоневрологический диспансер № 3» в 2026 году

1-й день (понедельник)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептурной или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каша вязкая манная с маслом сливочным	200/5	Сб. 2008г.	184	6,0	9,0	29,6	223,0	0,1	0,1	1,3	0,2	131,6	19,9	119,1	0,4
Чай с сахаром	200	Сб. 2008г.	430	0,2	0,1	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,2	4,0	8,2	0,9
Печенье обогащенное витаминами	20	калькуляция	калькуляция	1,7	2,4	14,1	83,0	0,0	0,1	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
Сыр порционный	20	Сб. 2008г.	14	4,6	5,6	0	72	0,1	0,01	0,3	0,1	200,0	10,0	108,0	0,2
Батон нарезной обогащенный	50	калькуляция	калькуляция	4,5	1,4	26,3	142,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				17,0	19,0	85,0	580,0	0,2	0,2	1,6	0,7	377,8	50,4	255,4	2,4
Обед															
Салат из белокочанной капусты	50	Сб.2008г.	35	0,8	2,5	4,7	44,0	0,5	0,0	18,0	2,4	23,4	8,3	15,4	0,3
Суп картофельный с фасолью и говядиной со сметаной	250/10/5	Сб. 2008г.	99	9,8	7,7	19,2	172,3	1,0	0,2	12,3	1,5	52,2	38,3	139,3	1,9
Птица(филе), тушенная в сметанном соусе	50/50	Сб. 2008г.	312	13,8	21,2	3,7	261,0	0,1	0,1	0,1	2,8	29,2	14,9	131,0	1,3
Рис отварной	200	Сб. 2008г.	325	3,8	6,3	38,6	230,0	0,1	0,0	0,0	0,4	10,7	27,4	83,5	0,6
Компот из сухофруктов с ВМК	200	Сб. 2002г.	587	0,64	0	41,7	169,3	0,0	2,0	100,0	20,0	101,0	32,8	120,0	10,0
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				32,9	38,4	138,9	1008,6	1,6	2,4	130,4	27,1	242,4	160,1	489,1	15,9
ИТОГО за 1-й день.				49,9	57,4	223,9	1588,6	1,8	2,7	132,1	27,7	620,2	210,5	724,5	18,3

2-й день (вторник)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Калы	А	В1	С	Е	Са	Mg	Р	Fe
Завтрак															
Каша молочная пшеница с маслом сливочным	200/5	СБ.2008г.	184	8,78	8,7	41,6	270,0	0,1	0,3	1,3	0,4	133,2	55,7	206,0	1,5
Колбаса п/к	20	СБ.2008 г.	15	3,28	7,8	0	83	0	0,05	0	0	5,6	4,8	40	0,44
Кофейный напиток	200	СБ. 2008г.	432	3	2,4	23,11	115	0,01	0,02	0,7	0,04	60,4	7	45	0,09
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
Фрукты свежие (апельсин)	200	СБ.2008г.	464	2,1	2,1	17,0	86,0	0,2	0,0	5,0	0,9	8,7	6,8	33,9	0,6
ИТОГО				21,2	22,2	102,7	668,0	0,3	0,4	6,9	1,4	248,9	90,8	324,9	3,5
Обед															
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50	СБ.2011г.	52	0,71	3,05	4,3	47	0	0,01	4,75	2,77	20,2	10,6	20,9	0,7
Щи из квашеной капусты со свиной со сметаной	250/10/10	СБ.2008г.	88	6,2	11,03	7,4	133,8	1,09	0,06	18,88	0,19	50,1	23,7	99,0	1,2
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	СБ.2008г.	231	8,2	5,5	3,9	98,4	0,2	3,4	46,3	1,7	371,0	69,3	372,0	3,5
Картофельное пюре	200	СБ.2008г.	335	5,0	8,0	27,0	188,0	0,1	0,2	7,0	0,3	63,0	39,0	114,0	2,0
Напиток лимонный	200	СБ. 2008г.	436	0,1	0	24,4	96	0	0,01	6,4	0	6,9	1,9	3,5	0,2
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,66	31,1	132	0	0,13	0	0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				24,4	28,2	98,1	695,2	1,4	3,8	83,3	4,9	537,1	183,0	609,5	9,4
ИТОГО за 2-й день				45,5	50,4	200,9	1363,2	1,7	4,2	90,2	6,3	786,0	273,8	934,4	12,9

3-й день (среда)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каша геркулесовая (вязкая) с маслом сливочным	200/5	С6.2008г.	184	7,62	10,01	28,72	236	0,08	0,24	1,28	1,69	145,64	70,82	234,85	1,69
Чай с сахаром и лимоном	200/5	С6. 2008г.	431	0,3	0	15,2	61,0	0	0	0,045	0,2	132	75	5,3	0,2
Сыр порционный	20	С6. 2008г.	14	4,6	5,8	0	72	0,09	0,01	0,32	0,12	200	10	108	0,22
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
Вафли витаминизированные	20	калькуляция	калькуляция	1,72	4,88	12,38	100	0	0,16	6	0	50	0	0	1
ИТОГО				18,2	21,9	77,3	583,0	0,2	0,5	7,6	2,0	568,6	172,3	348,2	4,0
Обед															
Винегрет овощной с морской капустой	50	С6.2008г.	53	0,8	11	7,48	134	1,08	0,02	7	5,65	23,22	12,81	2529	0,52
Суп картофельный с макаронными изделиями и курицей	250/10	С6. 2008г.	100	8,08	8,19	21,07	175	0,97	0,14	17,3	0,34	30,24	30,15	113,53	1,51
Голубцы ленивые со сметаной	200/10	С6.2008г.	306	20,48	23,34	14,71	349	0,07	0,11	60,58	10,77	85,34	30,24	75,8	1,14
Сок фруктовый	200	С6.2008г.	442	0,3	0	24	96,0	1,1	0	35,6	5,7	22	277	2,5	2
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,66	51,11	132	0	0,13	0	0	25,9	38,5	0	1,89
ИТОГО				33,8	43,2	98,4	886,0	3,2	0,4	120,5	22,5	186,7	388,7	2743,3	7,1
ИТОГО за 3-й день				52,0	65,1	175,7	1469,0	3,4	0,9	128,1	24,5	755,3	561,0	3091,5	11,1

4-й день (четверг)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак															
Омлет натуральный с маслом сливочным	115/5	СБ.2008г.	214	11,5	20,0	2,1	234,0	0,3	0,1	0,4	6,1	88,2	14,7	190,9	2,2
Какао с молоком	200	СБ.2008г.	433	3,8	3,6	25,8	149,0	0,0	0,0	1,3	0,1	120,4	14,0	90,0	0,1
Булочка «Веселушка»	50	СБ.2008г.	471	4,0	3,7	29,4	168,0	0,0	0,1	0,0	0,9	10,5	7,2	39,2	0,6
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				23,3	28,4	78,3	665,0	0,3	0,3	1,7	7,2	260,2	52,4	320,1	3,7
Обед															
Салат витаминный	50	СБ.2008г.	41	0,6	2,53	5,46	47	0,72	0,01	13,71	2,21	19,97	8,27	13,89	0,5
Суп крестьянский со сметаной	250/10	СБ.2008г.	94	6,7	12,04	14,13	161	0,96	0,08	2,64	4,03	45,72	26,1	119,78	1,26
Котлеты рубленные из птицы с соусом молочным	60/50	СБ.2008г.	314/366	14,8	14,6	20,2	293,6	0,2	2,4	1,2	1,7	377	69	372	3,5
Макаронные изделия отварные	180	СБ.2008г.	331	7,0	6,0	38,0	292,0	0,1	0,1	0,0	0,6	15,1	8,5	46,3	0,9
Компот из изюма	200	СБ.2008г.	401	0,38	0	36,09	116	0	0,05	0	0,16	25,9	13,44	41,28	1
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,66	31,11	132	0	0,13	0	0	25,9	38,5	0	1,89
ИТОГО				33,8	35,8	145,0	1041,6	1,9	2,8	17,6	8,7	509,9	163,8	593,2	9,0
ИТОГО за 4-й день				57,1	64,2	223,3	1706,6	2,3	3,0	19,3	15,9	770,1	216,2	913,3	12,8

5-й день (пятница)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак															
Творог с сахаром и сметаной	50/15/15	калькуляция	калькуляция	7,7	13,4	15,6	162,0	0,2	0,0	0,4	0,3	103,1	14,9	138,5	0,4
Каша пшеничная с маслом сливочным	200/5	СБ.2008г.	184	9,0	9,0	42,0	276,0	0,1	0,0	1,3	0,2	119,5	13,7	88,1	0,1
Чай с сахаром	200	СБ. 2008г.	430	0,2	0,1	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,2	4,0	8,2	0,9
Батон нарезной обогащенный	60	калькуляция	калькуляция	6,0	2,0	32,0	171,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				22,9	24,5	104,6	669,0	0,2	0,1	1,7	0,5	268,8	49,0	234,8	2,3
Обед															
Салат из квашеной капусты	50	СБ. 2008г.	40	0,8	2,5	3,8	41,0	0,0	0,0	12,7	1,7	21,0	7,2	15,5	0,3
Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250/5	СБ. 2008г.	76	7,2	11,1	13,7	165,0	1,4	0,1	21,5	1,3	55,1	30,4	104,0	1,7
Тефтели из говядины, соус сметанный с томатом	60/60	СБ.2008г.	283/372	9,6	15,7	13,0	233,0	0,1	0,1	3,2	5,0	34,3	9,5	31,0	0,6
Каша гречневая вязкая	200	СБ. 2008г.	324	4,6	5,3	19,5	158,0	0,1	0,0	0,0	0,1	13,3	72,4	109,4	2,5
Компот из свежих плодов с ВМК	200	СБ. 2008г.	394	0,3	0,0	27,5	108,0	0,0	2,0	100,0	20,0	101,0	32,8	120,0	10,0
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				26,5	35,3	108,7	837,0	1,5	2,3	137,4	28,0	250,7	190,7	379,8	16,9
ИТОГО за 5-й день				49,4	59,8	213,3	1506,0	1,8	2,4	139,1	28,5	519,5	239,7	614,6	19,1

6-й день (понедельник)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каша вязкая молочная рисовая с маслом сливочным	200/5	СБ.2008г.	184	12,0	8,0	32,6	247,0	0,1	0,1	1,3	0,4	126,5	36,1	156,6	0,6
Сыр порционный	20	СБ. 2008г.	14	4,6	5,8	0,0	72,0	0,1	0,0	0,3	0,1	200,0	10,0	108,0	0,2
Чай с сахаром	200	СБ. 2008г.	430	0,2	0,1	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,2	4,0	8,2	0,9
Печенье обогащенное витаминами	20	калькуляция	калькуляция	1,7	2,4	14,1	83,0	0,0	0,1	0,0	0,4	0,0	0,0	0,0	0,0
Батон нарезной обогащенный	50	калькуляция	калькуляция	4,5	1,4	26,3	142,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				23,0	17,7	88,0	604,0	0,2	0,2	1,6	0,9	372,8	66,6	272,8	2,5
Обед															
Салат из белокачанной капусты	50	СБ.2008г.	35	0,8	2,5	4,7	44,0	0,5	0,0	18,0	2,4	23,4	8,3	15,4	0,3
Суп картофельный с горохом	250	СБ.2008г.	99	5,9	4,7	20,0	147,0	1,0	0,3	12,3	1,1	40,0	35,3	88,5	2,1
Гуляш из свинины	50/50	СБ. 2008г.	259	15,5	13,8	3,6	201,0	0,1	0,1	2,4	4,3	8,7	3,7	11,4	0,2
Макаронные изделия отварные	180	СБ.2008г.	331	7,0	6,0	38,0	292,0	0,1	0,1	0,0	0,6	15,1	8,5	46,3	0,9
Напиток апельсиновый	200	СБ. 2008г.	436	0,2	0,0	25,7	100,0	0,0	0,0	13,2	0,1	8,0	2,9	5,1	0,1
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				33,5	27,7	123,2	916,0	1,6	0,6	46,0	8,5	121,0	97,2	166,6	3,5
ИТОГО за 6-й день				56,5	45,3	211,1	1520,0	1,8	0,8	47,6	9,3	493,8	163,8	439,4	8,0

7-й день (вторник)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каши вязкая манная с маслом сливочным	200/5	СБ. 2008г.	184	6,0	9,0	29,6	223,0	0,1	0,1	1,3	0,2	131,6	19,9	119,1	0,4
Кофейный напиток	200	СБ. 2008г.	432	3,0	2,4	23,1	113,0	0,0	0,0	0,7	0,0	60,4	7,0	45,0	0,1
Ветчина (порциями)	20	СБ. 1997г.	30	3,3	7,8	0,0	85,0	0,0	0,1	0,0	0,0	5,6	4,8	40,0	0,4
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
Яблоко свежее	200	калькуляция	калькуляция	1,0	1,0	20,0	94,0	0,1	0,0	0,0	0,9	8,7	5,6	29,7	0,6
ИТОГО				17,3	21,4	93,7	631,0	0,1	0	3	0,9	8	9	38	3
Обед															
Салат из свеклы отварной с маслом растительным	50	СБ.2011г.	52	0,7	3,1	4,3	47,0	0,0	0,0	4,8	2,8	20,2	10,6	20,9	0,7
Рассольник ленинградский со сметаной	250/10	СБ.2008г.	91	6,3	6,1	17,2	164,3	1,0	0,1	17,4	0,3	35,8	32,2	124,8	1,5
Котлеты рыбные любительские с соусом томатным	80/50	СБ. 2008г.	241/364	17,5	12,4	27	194	0,2	2,3	4,6	1,7	371	372	69,3	3,5
Картофельное пюре	200	СБ.2008г.	335	5,0	8,0	27,0	188,0	0,1	0,2	7,0	0,3	63,0	39,0	114,0	2,0
Компот из сухофруктов с ВМК	200	СБ. 2002г.	587	0,64	0	41,7	169,3	0,0	2,0	100,0	20,0	101,0	32,8	120,0	10,0
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				34,3	30,2	148,3	891,6	1,3	4,7	133,7	25,0	616,9	525,1	449,0	19,6
ИТОГО за 7-й день				51,6	51,7	241,9	1525,6	1,4	4,7	136,7	25,9	624,9	534,1	487,0	22,6

8-й день (среда)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Са	Mg	P	Fe
Завтрак															
Пудинг из творога с морковью со ступенным молоком	130/20	С6.2012г.	18	18,0	27,0	38,0	393,0	17,8	0,1	2,7	3,0	267,6	52,2	339,3	1,4
Яйцо вареное	1 шт.	С6.2008г.	213	5,1	4,6	0,3	63,0	0,1	0,0	0,0	1,2	22,0	4,8	76,8	1,0
Чай с сахаром и лимоном	200/5	С6.2008г.	431	0,3	0	15,2	61,0	0	0	0,045	0,2	132	75	5,3	0,2
Батон нарезной обогащенный	60	калькуляция	калькуляция	6,0	2,0	32,0	171,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				29,4	33,6	85,5	688,0	17,9	0,2	2,7	4,4	462,6	148,5	421,4	3,5
Обед															
Винегрет овощной	50	С6.2008г.	51	0,6	5,1	3,7	63,0	0,5	0,0	4,6	3,5	14,4	9,2	20,5	0,4
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/10	С6.2008г.	84	6,8	12,0	9,5	158,0	1,3	0,1	31,7	4,4	53,0	27,1	98,6	1,3
Плов из мяса птицы	200	С6.2008г.	311	24,6	24,8	33,9	455,0	1,2	0,1	3,2	7,5	33,5	47,4	214,7	2,0
Сок фруктовый	200	С6.2008г.	442	0,3	0	24	96,0	1,1	0	35,6	5,7	22	277	25	2
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				36,4	42,5	102,2	904,0	4,0	0,3	75,0	21,2	148,8	399,2	358,7	7,5
ИТОГО за 8-й день				65,8	76,1	187,7	1592,0	21,9	0,6	77,8	25,5	611,4	547,7	780,1	11,0

9-й день (четверг)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Кал	A	B1	C	E	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каша геркулесовая (вязкая) с маслом сливочным	200/5	СБ.2008г.	184	7,6	10,0	28,7	236,0	0,1	0,2	1,3	1,7	145,6	70,8	234,9	1,7
Сыр порционный	20	СБ.2008г.	14	4,6	5,8	0,0	72,0	0,1	0,0	0,3	0,1	200,0	10,0	108,0	0,2
Какао с молоком	200	СБ.2008г.	433	3,8	3,6	23,8	149,0	0,0	0,0	1,3	0,1	120,4	14,0	90,0	0,1
Булочка российская	50	СБ.2008г.	473	3,6	4,7	30,3	178,0	0,0	0,1	0,1	92,0	13,9	6,1	37,9	0,5
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				23,6	25,3	105,9	749,0	0,2	0,4	3,0	93,9	520,9	117,4	470,8	3,4
Обед															
Огурец соленый	30	СБ.2014г.	8,12	0,2	0,0	0,5	4,0	0,0	0,0	1,5	0,0	6,9	4,2	7,2	0,2
Суп картофельный с рыбой	250/20	СБ.2008г.	92	8,6	4,8	20,1	173,8	1,0	0,2	25,2	0,7	33,6	39,8	133,0	1,4
Котлета мясная	60	СБ.2008г.	272	10,1	9,5	10,3	168,0	0,0	0,1	0,6	3,3	18,1	7,6	12,0	0,5
Рагу овощное	200	СБ.2008г.	350	2,9	9,3	17,6	166,0	3,1	0,1	32,6	3,8	52,5	36,1	78,2	1,3
Компот из кураги	200	СБ.2008г.	401	1,9	0,0	44,3	178,0	1,3	0,0	1,5	0,0	59,7	38,9	54,0	1,3
Хлеб обогащенный микронутриентами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				27,8	24,3	123,9	821,8	5,4	0,5	61,3	7,8	196,7	165,0	284,5	6,5
ИТОГО за 9-й день				51,5	49,6	229,8	1570,8	5,6	0,9	64,2	101,7	717,5	282,4	755,2	9,9

10-й день (пятница)															
Наименование блюда	Выход	Технологическая и нормативная документация	№ рецептуры или технологической карты	Пищевая ценность				Витамины				Минеральные вещества			
				Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	А	В1	С	Е	Ca	Mg	P	Fe
Завтрак															
Каша ячневая молочная вязкая с маслом сливочным	200/5	СБ.2008г.	184	7,4	7,9	38,2	244,0	0,1	0,2	1,3	0,4	134,6	50,6	193,1	1,3
Колбаса п/к	20	СБ.2008 г.	15	4,9	11,7	0,0	121,0	0,0	0,1	0,0	0,0	8,4	7,2	60,0	0,7
Коржик молочный	50	СБ.2008г.	483	3,3	7,0	34,0	206,0	0,1	0,1	0,1	1,1	15,9	6,6	39,6	0,5
Чай с сахаром	200	СБ. 2008г.	430	0,2	0,1	15,0	60,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,2	4,0	8,2	0,9
Батон нарезной обогащенный	40	калькуляция	калькуляция	4,0	1,2	21,0	114,0	0,0	0,1	0,0	0,0	41,0	16,5	0,0	0,9
ИТОГО				19,8	27,9	108,2	745,0	0,2	0,4	1,4	1,5	205,2	84,9	300,9	4,3
Обед															
Салат из квашеной капусты	50	СБ. 2008г.	40	0,8	2,5	3,8	41,0	0,0	0,0	12,7	1,7	21,0	7,2	15,5	0,3
Борщ с капустой, картофелем со сметаной	250/5	СБ. 2008г.	76	6,8	11,1	13,7	159,7	1,4	0,1	21,5	1,3	55,1	30,4	104,0	1,7
Оладьи из печени	100	СБ.2008г.	290	17,8	17,0	12,4	274,0	8,0	0,3	34,0	58,0	12,0	20,0	312,0	8,0
Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	СБ. 2008г.	324	4,6	5,3	19,5	158,0	0,1	0,0	0,0	0,1	13,3	72,4	109,4	2,5
Компот из сухофруктов с ВМК	200	СБ. 2002г.	587	0,64	0	41,7	169,3	0,0	2,0	100,0	20,0	101,0	32,8	120,0	10,0
Хлеб обогащенный микроэлементами	70	калькуляция	калькуляция	4,1	0,7	31,1	132,0	0,0	0,1	0,0	0,0	25,9	38,5	0,0	1,9
ИТОГО				34,7	36,6	122,2	934,0	9,4	2,5	168,2	81,1	228,4	201,2	660,8	24,3
ИТОГО за 10-й день				54,5	64,5	230,5	1679,0	9,6	3,0	169,6	82,6	433,6	286,1	961,7	28,6
ИТОГО за все дни				533,7	584,1	2138,1	15520,7	51,1	23,1	1004,6	347,9	6332,2	3315,3	9701,8	154,2
Итого за среднее за день				53,4	58,4	213,8	1552,1	5,1	2,3	100,5	34,8	633,2	331,5	970,2	15,4

Семидневное меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в леч.-проф. учржд. здрав.2014 г.
 Лечебное питание (в таблицах и схемах), Э. Н. Преображенская. Издательство „ПрофидКС“ Санкт-Петербург 2002 г.
 Сборник метод. реком.по организации питания детей и подростков в учр. образования Санкт-Петербурга 2008 г.