



**Примерное 2-х недельное меню для обеспечения двухразовым горячим питанием  
для оздоровительных лагерей с дневным пребыванием 12 лет и старше,  
для муниципальных общеобразовательных школ**

Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания детей в образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора" 2022г.- 275с

Сборник рецептов для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тугельяна. - М.:Дели плюс, 2017. - 544с.

Хлебпродинформ, 2004. - 640с.

Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания: Справочник. - М.: Дели принт, 2008. - 276с. Суржикин И.М., Тугельян В.А. САНПИН 1.2. 3685-21 " Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания".

Среднесуточные нормы пищевой продукции для организации питания (минимальные) СанПин 23/2.4.3590-20 Приложение №7, таблица №2

Масса порций для детей в зависимости от возраста (в граммах), к СанПин 2.3./2.4.3590-20 Приложение №9

В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - кодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.



Сотрсовано:  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Кортоножко Е.Ю.

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб
		Б	Ж	У			
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная рисовая жидкая с маслом и сахаром	250	6,5	6,9	35,8	230,6	54-25к/2022н	0
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	0
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	0
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45тм/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,95	0,5	24,15	116,9	701/2010м	0
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>660</b>	<b>17,70</b>	<b>16,26</b>	<b>96,26</b>	<b>604,85</b>		<b>0</b>
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (отурец)	100	0,8	0,2	2,5	15	54-29/2022н	0
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-28с/2022н	0
Котлеты домашние из п/ф с соусом 100/20	120	8,32	13,15	7,17	180,62	77-3/2022н/331/2017м	0
Каши рассыпчатая, гречневая	180	9,96	7,56	43,20	280,44	171/2017м	0
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5кн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>27,04</b>	<b>26,89</b>	<b>118,03</b>	<b>822,36</b>		<b>0</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1600,00</b>	<b>44,74</b>	<b>43,15</b>	<b>214,29</b>	<b>1427,21</b>		<b>0</b>



Согласовано:  
 Новосибирская обл.  
 Директор *Н.С. Уфейевская* с.и.ч.



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Короткожа Е.Ю.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
<b>День 2/неделя 1: Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	250	8,50	9,40	30,90	240,75	54-22к/2022н	0
Блины со молоком ступенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	0
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	0
Хлеб пшеничный колированный	40	2,8	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Итого за завтрак	560	15,51	14,68	78,65	508,75		0
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,17	0,16	3,83	21,33	54-3з/2022н	0
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	0
Котлеты печеночные, с маслом 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77-4/2022	0
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	0
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	0
Хлеб пшеничный колированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный колированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
Итого за Обед	925	33,49	27,38	135,79	923,41		0
Всего за Вторник	1485	49,00	42,06	214,44	1432,16		0



ОТДЕЛЕНИЕ:  
№04  
Директор *Игорь Николаевич Мельников*

Директор ООО «Бизнес-Консалтинг»  
Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
<b>День Завтрака 1: Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каши молочная жидкая пшеничная с маслом и сахаром	250	10,25	11,50	48,25	337,87	54-23к/2022н	0
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	0
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>580</b>	<b>17,35</b>	<b>15,80</b>	<b>85,14</b>	<b>555,41</b>		<b>0</b>
<b>Обед</b>							
Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	0
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	0
Жаркое по домашнему	250	20,91	14,12	31,75	337,50	288/2017м	0
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1кн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
<b>Итого за Обед</b>	<b>890</b>	<b>32,60</b>	<b>25,57</b>	<b>112,57</b>	<b>809,32</b>		<b>0</b>
<b>Всего за Среду</b>	<b>1470,00</b>	<b>49,95</b>	<b>41,37</b>	<b>197,71</b>	<b>1364,73</b>		<b>0</b>



Директор  
 Колесов В.И.  
 «Учебно-методический центр»

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Королюшко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
<b>День 4/неделя 1: Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная гречневая жидкая с маслом и сахаром	250	10,75	8,5	37	267,5	54-20к/2022 н	0
Маслом и сахаром	28	2,8	6,6	15	130,6	п.т.	0
Батончик "Крокант"	10	0,1	7,25	0,14	66,1	14/2017м	0
Масло порциками	200	0,2	0	10,38	42,32	54-2тн/2022н	0
Чай с сахаром	50	3,5	0,5	24,15	116,9	701/2010м	0
Хлеб пшеничный йодированный	538	17,35	22,85	86,67	623,42		0
<b>Обед</b>							
Итого за завтрак		0,8	0,1	1,7	10	54-2з/2022н	0
Овощи по сезону в нарезке (отурец)	100	3,27	4,95	8,65	93,00	54-1с/2022н	15
Пиц из свежей капусты с картошкой	250	9,93	12,66	5,76	176,70	77-6/2022	0
Котлеты мясокрупные из п/ф	100	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21г/2022н	15
Горохница	180	0,40	0,10	18,40	75,80	54-4хн/2022н	15
Компот из яблок	200	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	4,83
Хлеб пшеничный йодированный	40	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	31,00	23,23	119,08	808,77		49,83
Итого за Обед	920	48,35	46,08	205,75	1432,19		
Итого за Четверг	1458,00						



Согласовано:  
 Директор ООО «Бизнес Консалтинг» *И.В. Короткожако*

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Короткожако И.В.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День. Снегдаль I: Пятница	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каши молочная пшеница жидкая с маслом	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	0
в сахаром	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	0
Бутерброд с сыром (40/5/15)	20	2	5	17,7	123,8	п.т	0
Батончик вафельный "Вон Тайм"	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	0
Чай каркаде	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб пшеничный йодированный	570	22,38	26,48	98,03	720,79		0
Итого за завтрак	582	18,06	19,21	88,95	602,64		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,17	0,16	3,83	21,33	54-3в/2022н	0
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,20	13,50	144,47	54-10с/2022н	0
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	3с/2022н	0
Картофель отварной с маслом	180	3,64	7,13	25,17	189,00	125/2017м	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржанно-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
Итого за Обед	740	29,47	24,34	93,42	720,17		
Итого за Пятницу	1310	51,85	50,82	191,45	1440,96		
Итого за неделю в среднем обед	883,00	30,72	25,48	115,78	816,81		

Каши молочная пшеница жидкая с маслом	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	0
в сахаром	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	0
Бутерброд с сыром (40/5/15)	20	2	5	17,7	123,8	п.т	0
Батончик вафельный "Вон Тайм"	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022н	0
Чай каркаде	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб пшеничный йодированный	570	22,38	26,48	98,03	720,79		0
Итого за завтрак	582	18,06	19,21	88,95	602,64		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,17	0,16	3,83	21,33	54-3в/2022н	0
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,20	13,50	144,47	54-10с/2022н	0
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	3с/2022н	0
Картофель отварной с маслом	180	3,64	7,13	25,17	189,00	125/2017м	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржанно-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
Итого за Обед	740	29,47	24,34	93,42	720,17		
Итого за Пятницу	1310	51,85	50,82	191,45	1440,96		
Итого за неделю в среднем обед	883,00	30,72	25,48	115,78	816,81		



Директор ООО "Бизнес Консалтинг" *Л.В. Давыдова*

Утверждено  
Директор ООО "Бизнес Консалтинг" *Е.Ю. Кортоножко*



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День /неделя 2: Понедельник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

**Завтрак**

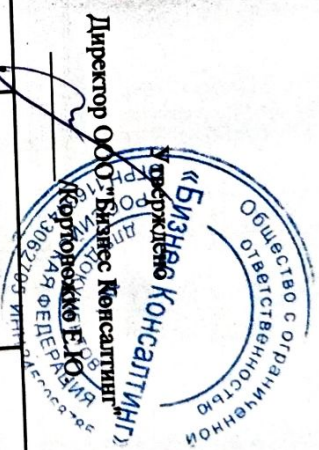
Каша "Дружба" молочная из риса и пшена	250	6,30	7,30	54,32	302,50	54-16к/2022н	0
Блинчики со молоком слоенным 50/20	70	3,91	4,88	17,85	130,96	399/2017м	0
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>13,67</b>	<b>12,58</b>	<b>102,07</b>	<b>570,50</b>		<b>0</b>

**Обед**

Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	0
Борщ с капустой и картофелем	250	1,80	4,93	10,94	95,33	54-28с/2022н	0
Котлета курдюная из п/ф с соусом 100/20	120	11,28	12,55	6,70	184,87	77-2/2022/331/2017м	0
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	0
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>27,02</b>	<b>30,31</b>	<b>124,26</b>	<b>876,53</b>		<b>0</b>
<b>Всего за Понедельник</b>	<b>1500</b>	<b>40,69</b>	<b>42,89</b>	<b>226,33</b>	<b>1447,03</b>		<b>0</b>



Согласовано:  
 Директор *Ирина Степановна Сидорова*  
*Ирина Степановна Сидорова*



Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
*Корпоратив Е.Ю.*

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 2 /неделя 2: Вторник	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная манная жидкая с маслом и сахаром	250	6,6	7,1	31,6	217,5	54-27к/2022г	0
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017г	0
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017г	0
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010г	0
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45гн/2022г	0
Итого за завтрак	640	15,95	16,26	82,40	544,99		
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (отурец)	100	0,8	0,1	1,7	10	54-2э/2022г	0
Суп картофельный с крупной (пшено)	250	1,98	2,72	12,11	85,75	101/2017г	0
Плов из птицы	200	14,54	15,46	34,20	334,41	291/2017г	0
Компот из ягод	200	0,40	0,10	18,40	75,80	54-4хн/2022г	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010г	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010г	0
Итого за Обед	840	23,68	19,33	110,43	714,43		
Всего за Вторник	1480	39,63	35,59	192,83	1259,42		





Сегізовыца: СІУ "НовыСітовская Сімя"  
 Дырэктар І.І. Шабанькевіч

Дырэктар С.А. Коронавожко  
 «Бізнес Контраст»  
 №2  
 УТВЕРЖДЕНО  
 ОТРИ 01/10/2022

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	цена рубли
		Б	Ж	У			
День 3 /неделя 2: Среда	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная овсяная жидкая с маслом и сахаром	250	12,25	9,30	30,80	255,90	54-22к/2022н	0
Зефир ванильный	50	0,9	0,1	27,3	113,7	п.т	0
Масло порпьями	10	0,1	7,25	0,14	66,1	14/2017м	0
Чай с лимоном	200	0,30	0,00	10,58	43,52	54-3тн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	0
Итого за завтрак	560	15,65	16,95	83,31	549,36		0
<b>Обед</b>							
Овощи по сезону в нарезке (помидор)	100	1,16	0,16	3,83	21,30	54-3э/2022н	0
Суп крестьянский с крупой	250	6,40	7,23	13,57	144,47	54-10с/2022н	0
Тертель "Оригинальные" из п.ф с соусом	120	10,66	13,78	3,98	182,58	77-5/2022/54-3с/2022н	0
Макаронные изделия отварные с маслом	180	6,48	5,88	39,35	236,16	203/2017м	0
Напиток из шиповника	200	0,60	0,20	15,20	65,30	54-13хн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
Итого за Обед	940	31,26	28,20	119,95	858,28		0
Всего за Среду	1500	46,91	45,15	203,26	1407,64		0



Согласовано:  
 Директор *И.И. Жданов*  
*И.И. Жданов*

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 /Кортоножко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена руб/ли
		Б	Ж	У			
День 4/неделя 2: Четверг	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет	12-18 лет		

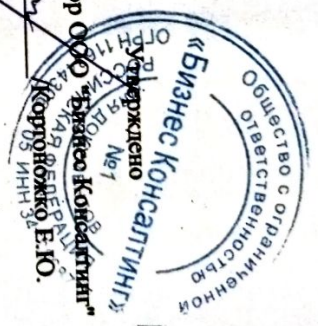
**Завтрак**

Каша молочная гречневая жидкая с маслом и сахаром	250	9,5	8,5	33,25	245	54-20к/2022 н	0
Бутерброд с сыром (40/5/15)	60	6,69	8,38	19,33	180,27	3/2017м	0
Булочка вафельная "Бон Таим"	20	2	5	17,7	123,8	п.т	0
Чай каркаде	200	0,16	0,08	7,18	30,08	54-45тв/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>560</b>	<b>20,45</b>	<b>22,26</b>	<b>91,95</b>	<b>649,29</b>		<b>0</b>
<b>Обед</b>							
Нарезка из свежих помидоров и огурцов	100	1	6	3,45	70,7	24/2017м	0
Суп картофельный с макаронными изделиями (вермишелью)	250	6,45	7,22	23,12	183,02	54-7с/2022н	0
Котлеты печеночные, с маслом 100/5	105	12,83	12,97	10,27	209,13	77-4/2022	0
Горошница	180	10,64	4,47	40,55	244,80	54-21т/2022н	0
Компот из смеси сухофруктов	200	0,50	0,00	19,80	81,00	54-1хн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
<b>Итого за Обед</b>	<b>925</b>	<b>37,38</b>	<b>31,61</b>	<b>141,21</b>	<b>997,12</b>		<b>0</b>
<b>Всего за Четверг</b>	<b>1485</b>	<b>57,83</b>	<b>53,87</b>	<b>233,16</b>	<b>1646,41</b>		<b>0</b>



Согласовано:  
 Иву, Новосибирская обл.  
 Старорева Л.И.

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»  
 Коронюшко Е.Ю.



Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
<b>День 5 /неделя 2: Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша молочная пшениная жидкая с маслом и сахаром	250	10,37	12,62	34,5	293,12	54-24к/2022н	0
Фрукты по сезону	100	0,40	0,40	9,80	47,00	338/2017м	0
Какао с молоком	200	4,60	3,60	12,60	100,40	54-21гн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	50	2,1	0,3	14,49	70,14	701/2010м	0
<b>Итого за завтрак</b>	<b>600</b>	<b>17,47</b>	<b>16,92</b>	<b>71,39</b>	<b>510,66</b>		<b>0</b>
<b>Итого за неделю в среднем завтрак</b>	<b>584,00</b>	<b>16,64</b>	<b>16,99</b>	<b>86,22</b>	<b>564,96</b>		

<b>Обед</b>							
Овоши по сезону в нарезке (отурец)	100	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	№ рец.	Цена рубли
		Б	Ж	У			
Суп гороховый	250	4,23	4,50	13,55	111,65	54-25с/2022н	0
Котлета рыбная из п/ф с соусом 100/20	120	12,3	8,9	6,9	156,9	3с/2022н	0
Пюре картофельное	180	3,84	6,20	23,76	167,30	128/2017м	0
Компот из яблок свежих	200	0,20	0,10	10,20	42,50	54-5хн/2022н	0
Хлеб пшеничный йодированный	40	3,16	0,4	19,32	93,52	701/2010м	0
Хлеб ржано-пшеничный йодированный	50	2,8	0,55	24,7	114,95	702/2010м	0
<b>Итого за Обед</b>	<b>940</b>	<b>27,33</b>	<b>20,75</b>	<b>100,13</b>	<b>696,82</b>		<b>0</b>
<b>Итого за Пятницу</b>	<b>1540</b>	<b>44,80</b>	<b>37,67</b>	<b>171,52</b>	<b>1207,48</b>		<b>0</b>
<b>Итого за неделю в среднем обед</b>	<b>917,00</b>	<b>29,33</b>	<b>26,04</b>	<b>119,20</b>	<b>828,64</b>		

Норма завтрака по СанПиН 20%- 25% ± 5%	550	18,22,5	18,23	76,6-95,75	544-680
Среднее значение за завтрак		17,35	18,10	87,59	583,80
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		19,28	19,68	22,87	21,46
Норма обеда по СанПиН 30%- 35% ± 5%	800	27-32,5	27-32,2	114,9-134,05	816-952
Среднее значение за обед		30,03	25,76	117,49	822,72
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		33,36	28,00	30,68	30,25
Среднее значение за день		47,38	43,87	205,07	1406,52
Выполнение СанПиН 2.3/2.4.3590-20		52,64	47,68	53,54	51,71
Полнота в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по проекту СанПиН 2020		90,00	92,00	383,00	2720,00
Распределение ЭЦ				Норма	
	Завтрак		21,46	20-25%	
	Обед		30,25	30-35%	

ред. М.П. Могильного изд. Дели шнос, 2017 г

отдыха детей и их оздоровления. На основе Федерального бюджетного учреждения науки "Новосибирский научно-исследовательский институт биологии и зоологии".  
 В рационе питания предусмотрено использование хлеба с содержанием микро и макроэлементов.

В рационе - йодированная соль; морская рыба. В меню включены сезонные овощи и фрукты.