

Частное учреждение социального обслуживания «Детская деревня – SOS Пушкин»

ПРИКАЗ

18.06.2020

№ 18062-од

Санкт-Петербург, г. Пушкин

**Об организации
повседневной деятельности**

В соответствии с Уставом ЧУСО «Детская деревня –SOS Пушкин» (далее - Детская деревня) является организацией для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, оказывающей социальные услуги.

На Детскую деревню возлагается исполнение обязанностей по содержанию и воспитанию детей, а также защите их прав и законных интересов.

Деятельность Детской деревни строится на принципах социально-педагогической системы Германа Гмайнера и модели Детских деревень – SOS, основанной на идеях гуманизма, приоритета общечеловеческих ценностей, гражданственности, свободного развития личности, в условиях, максимально приближенных к семейным.

Для реализации в полном объеме задач поставленных перед Детской деревней Учредителем организация подала документы для включения в Реестр поставщиков социальных услуг в Санкт-Петербурге.

Распоряжением Комитета по социальной политике Санкт-Петербурга от 31 августа 2018 года № 504-р Детская деревня включена в Реестр поставщиков социальных услуг Санкт-Петербурга.

В целях организации повседневной деятельности в Детской деревне в соответствии с требованиями санитарных норм и правил в части касающейся организации питания воспитанников в соответствии с требованиями Устава частного учреждения социального обслуживания «Детская деревня - SOS Пушкин», ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить Положение об организации питания (приложение 1 к приказу).
2. Утвердить Распорядок дня воспитанников Детской деревни (приложение 2 к приказу).
3. Приказ довести до работников Детской деревни в части касающейся.
4. Контроль за исполнением требований приказа оставляю за собой.

Директор

С. Яковенко



Приложение 1 к приказу
от «18» июня 2020 г. № 18062-од

Положение об организации питания

1. При организации питания воспитанников в ЧУСО «Детская деревня – SOS Пушкин» (далее – Детская деревня) необходимо руководствоваться требованиями пункта 6 СанПиН 2.4.3259 – 15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей».

2. Питание воспитанников должно соответствовать нормам физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей и подростков Российской Федерации и полностью обеспечивать растущий организм энергией и основными пищевыми веществами (приложение 1).

3. Организация рационального питания предусматривает строгое соблюдение режима питания. Оптимальным режимом является 5-кратный (с учетом питания детей Детской деревни в ГБОУ, где обучаются воспитанники) прием пищи с интервалами в 3,5 – 4 часа. Суточная калорийность рациона питания согласно рекомендациям по распределению в процентном отношении потребления пищевых веществ и энергии по приемам пищи в должна определяться следующим образом: завтрак – 25% калорий, второй завтрак – 10%, обед – 35-40%, полдник – 10%, ужин – 20-25%.

4. Рацион питания включает разнообразный ассортимент продуктов. С учетом реального бюджета, выделяемого учредителем на питание детей, воспитатель семейного дома (SOS – мать, руководитель молодежных программ, дежурный педагог-наставник) обязаны придерживаться норм питания детей в возрасте от 1 года до 18 лет в организациях социального обслуживания населения Санкт-Петербурга при предоставлении социальных услуг в стационарной форме социального обслуживания (приложение 2). Разрешается выдавать денежную компенсацию на время пребывания детей в семьях родственников или других граждан во время каникул, в праздничные и выходные дни. Порядок выдачи установлен локальными нормативными актами Национального офиса.

5. Питание воспитанников в семейных домах организуется в соответствии с примерным циклическим меню, рассчитанным на 2 недели (Приложение 3).

При составлении меню обязательно учитываются потребности организма, связанных с его ростом и развитием, с изменением условий внешней среды, с повышенной физической или эмоциональной нагрузкой. В основу меню должно быть положено ежедневное использование таких продуктов как хлеб, молоко, масло, мясо, сахар, овощи, фрукты.

Рыбу, яйца, сыр, творог, кисломолочные продукты рекомендуется включать 1 раз в 2-3 дня.

Для составления меню необходимо использовать технологические карты и рецептуры приготовления блюд, рекомендованных для организации питания в детских воспитательных учреждениях (интернатах, детских домах, лагерях и т.п.), опубликованных на интернет-сайте Программного Центра РФ по электронной ссылке: <http://pbprog.ru/databases/foodvup>.

6. В целях профилактики йоддефицитных состояний воспитанников для приготовления блюд необходимо использовать йодированную соль.

7. Для воспитанников, страдающих хроническими заболеваниями желудочно-кишечного тракта, печени, почек организовать щадящее питание.

8. Всем детям в зимне-весенний период (с ноября по май включительно) проводить профилактическую витаминизацию поливитаминными препаратами в соответствии с требованиями по профилактической витаминизации детей дошкольных, школьных, лечебно-профилактических учреждений в домашних условиях. В этих целях могут быть использованы витаминно-минеральные комплексы, рекомендуемые специалистами для разных возрастных групп.

9. Мясо, субпродукты (печень, язык), тушки птицы размораживают на воздухе. Запрещено размораживание перечисленных продуктов в воде или около плиты.

Рыбу размораживают на воздухе или в холодной воде (температура не выше 20 °C). Для сокращения потерь минеральных веществ в воду рекомендуется добавить соль из расчета 7-10 г на 1 л воды. Не рекомендуется размораживать в воде рыбное филе.

Овощи и корнеплоды рекомендуется очищать непосредственно перед их приготовлением. Допускается при необходимости очищенный картофель хранить в холодной воде не более 3-х часов, очищенные овощи и корнеплоды допускается хранить неразрезанными не более 3-х часов.

Проводить обработку яиц необходимо в соответствии с требованиями СанПиН 2.3.6.1079-01, а именно: «обработка яйца, используемого для приготовления блюд, осуществляется в отведенном месте в специальных промаркированных емкостях в следующей последовательности: теплым 1-2% раствором кальцинированной соды, 0,5% раствором хлорамина или другими разрешенными для этих целей моющими и дезинфицирующими средствами, после чего ополаскивают холодной проточной водой. Чистое яйцо выкладывают в чистую промаркированную посуду.

Использование столового яйца (срок годности которого больше 7 суток, не считая дня снесения) для изготовления яичницы-глазуны не допускается».

10. Кулинарную обработку пищевых продуктов проводить строго в соответствии с технологическими картами карты и рецептами приготовления блюд, рекомендованных для организации питания в детских воспитательных учреждениях (интернатах, детских домах, лагерях и т.п.).

11. В целях предупреждения возникновения и распространения пищевых токсикоинфекций необходимо:

не использовать остатки пищи от предыдущего приема и пищу, приготовленную накануне;

не изготавливать простоквашу, блинчики с мясом, макароны по-флотски, кондитерские изделия с кремом, напитки и морсы, квас, студни, заливные блюда (мясные и рыбные), форшмаки из сельди, изделия во фритюре;

не употреблять грибы, фляжное молоко без кипячения, не пастеризованный творог, сметану и зеленый горошек без их термической обработки, блинчики с творогом из не пастеризованного молока, консервированные продукты домашнего приготовления в герметической упаковке.

Кефир, ряженку, простоквашу разливать в стаканы, чашки непосредственно из упаковки производителя.

Не использовать в питании детей пищевые продукты, содержащие пищевые добавки (ароматизаторы, красители) искусственного происхождения, в том числе безалкогольные напитки, кондитерские изделия, жевательную резинку и т.п.

Не использовать в питании детей сливочное масло, которое содержит в своем составе более 30% растительных компонентов.

12. В соответствии с требованиями СанПиН 2.4.3259 – 15 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» сотрудники учреждения обязаны проходить периодические медицинские осмотры и обследования с занесением их результатов в личную медицинскую книжку.

13. Сотрудники Детской деревни (воспитатели, тети-помощники воспитателей, повар Дома молодежи (педагоги-наставники)) непосредственно проводят:

ежедневное приготовление блюд с учетом настоящего Положения;
проверку качества закупаемых продуктов;

выполнение условий хранения продуктов и соблюдения сроков их реализации;

осуществление С-витаминизации третьих блюд и напитков;

качественную обработку инвентаря и посуды, поддержание порядка и чистоты на кухне и в столовой;

индивидуализацию питания детей с отклонениями в здоровье и после перенесенных заболеваний.

14. Директор Детской деревни контролирует организацию рационального питания воспитанников и является ответственным лицом за соблюдение требований СанПиН 2.4.3259 – 15 и настоящего Положения в Детской деревне.



Приложение 1 к Положению

Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для детей и подростков Российской Федерации согласно методическим рекомендациям, разработанным Федеральным центром гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора

Показатели (в сут.)	Возрастные группы										
	0— 3 мес.	4— 6 мес.	7— 12 мес.	от 1 года до 2 лет	от 2 до 3 лет	от 3 до 7 лет	от 7 до 11 лет	от 11 до 14 лет	от 14 до 18 лет		
	мальч ики	девоч ки	юнош и	девуш ки							
1 2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Энергия и пищевые вещества											
1 Энергия, ккал	115*	115*	110*	1 200	1 400	1 800	2 100	2 500	2 300	2 900	2 500
2 Белок, г	—	—	—	36	42	54	63	75	69	87	75
* в т. ч. животный (%)	—	—	—	70		65	60				
** г/кг массы тела	2,2	2,6	2,9	—	—	—	—	—	—	—	—
% по ккал	—	—	—	12							
3 Жиры, г	6,5*	6*	5,5*	40	47	60	70	83	77	97	83
Жир, % по ккал	—	—	—	30							
ПНЖК, % по ккал	—	—	—	5—10						6—10	
Омега-6, % по ккал	—	—	—	4—9						5—8	
Омега-3, % по ккал	—	—	—	0,8—1						1—2	
Холестерин, мг				< 300							
4 Углеводы, г	13*	13*	13*	174	203	261	305	363	334	421	363
Углеводы, % по ккал	—	—	—	58							
в т. ч. сахар, % по ккал				< 10							
Пищевые волокна, г	—	—	—	8	10	15	20				
Витамины											
Витамин С, мг	30	35	40	45		50	60	70	60	90	70
Витамин В ₁ , мг	0,3	0,4	0,5	0,8		0,9	1,1	1,3		1,5	1,3
Витамин В ₂ , мг	0,4	0,5	0,6	0,9		1,0	1,2	1,5		1,8	1,5
Витамин В ₆ , мг	0,4	0,5	0,6	0,9		1,2	1,5	1,7	1,6	2,0	1,6
Ниацин, мг	5,0	6,0	7,0	8,0		11,0	15,0	18,0		20,0	18,00
Витамин В ₁₂ , мкг	0,3	0,4	0,5	0,7		1,5	2,0	3,0			
Фолаты, мкг	50		60	100		200		300—400		400	

	Пантотеновая кислота, мг	1,0	1,5	2,0	2,5	3,0		3,5		5,0	4,0
Биотин, мкг		10			10	15	20	25		50	
Витамин А, мкг рет. экв		400			450	500	700	1 000	800	1 000	800
Витамин Е, мг ток. экв		3,0			4,0	7,0	10,0	12,0	12,0	15,0	15,0
Витамин D, мкг		10,0									
Витамин K, мкг		30			30	55	60	80	70	120	100
Минеральные вещества											
Кальций, мг	400	500	600		800	900	1 100	1 200			
Фосфор, мг	300	400	500		700	800	1 100	1 200			
Магний, мг	55	60	70		80	200	250	300	300	400	400
Калий, мг	—	—	—		400	600	900	1 500		2 500	
Натрий, мг	200	280	350		500	700	1 000	1 100		1 300	
Хлориды, мг	300	450	550		800	1 100	1 700	1 900		2 300	
Железо, мг	4,0	7,0			10,0		12,0	15,0		18,0	
Цинк, мг	3,0		4,0		5,0	8,0	10,0	12,0			
Йод, мг	0,06				0,07	0,10	0,12	0,13		0,15	
Медь, мг	0,5		0,3		0,5	0,6	0,7	0,8		1,0	
Селен, мг	0,01	0,012			0,015	0,02	0,03	0,04		0,05	
Хром, мкг	—	—	—		11	15		25		35	
Фтор, мг	1,0	1,0	1,2		1,4	2,0	3,0	4,0		4,0	

* Потребности для детей первого года жизни в энергии, жирах, углеводах даны в г/кг массы тела.

** Потребности для детей первого года жизни, находящихся на искусственном вскармливании.

**Среднесуточные нормы питания детей
в организациях социального обслуживания населения Санкт-Петербурга,
утверженные Постановлением Правительства Санкт-Петербурга
от 29 декабря 2014 года № 1284**

№ п/п	Наименование продуктов питания	Среднесуточные нормы (грамм)					
		Дети					
		от 3 до 7 лет		от 7 до 11 лет		от 12 до 18 лет	
		брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г	брутто, г	нетто, г
1	2	3	4	5	6	7	7
1	Хлеб ржаной	60	60	100	100	150	150
2	Хлеб пшеничный	100	100	200	200	250	250
3	Мука пшеничная	35	35	40	40	42	42
4	Мука картофельная	3	3	4	4	4	4
5	Макаронные изделия	20	20	20	20	20	20
6	Крупы, бобовые	25	25	40	40	55	55
7	Овощи свежие и зелень (всего)	700	553	700	553	875	691
8	Овощи соленые и маринованные (капуста, огурцы)	-	-	-	-	-	-
9	Овощи консервированные (горошек зеленый, фасоль, кукуруза)	-	-	-	-	-	-
10	Картофель	300	200	300	200	400	267
11	Фрукты и ягоды свежие	260	260	300	300	300	300
12	Сухофрукты	15	15	15	15	20	20
13	Шиповник сухой	-	-	-	-	-	-
14	Соки плодово-ягодные	200	200	200	200	200	200
15	Сок без сахара	-	-	-	-	-	-
16	Томатное пюре и паста	-	-	-	-	-	-
17	Мясо на кости/мясо бескостное	100/84,6	70,5	110/93,1	77,6	110/93,1	77,6
18	Птица (потрошенная)	30/24	21,3	40/32	28,4	50/39,5	35
19	Колбаса и колбасные изделия	10	10	25	25	25	25
20	Рыба, рыбопродукты	-	-	-	-	-	-

21	Рыба-филе, сельдь	60	33	80	44	110	60,5
22	Сыр	10	9,3	12	11	12	11
23	Яйцо	1 шт.					
24	Молоко	550	550	550	550	550	550
25	Кисломолочные продукты						
26	Творог	50	50	60	60	70	70
27	Масло сливочное	35	35	45	45	51	51
28	Масло растительное	12	12	15	15	19	19
29	Маргарин	-	-	-	-	-	-
30	Сметана	10	10	10	10	11	11
31	Кондитерские изделия	25	25	30	30	30	30
32	Сахар	60	60	65	65	75	75
33	Повидло, джем	-	-	-	-	-	-
34	Чай	0,2	0,2	2	2	2	2
35	Кофейный напиток, какао	3	3	6	6	6	6
36	Желатин	-	-	-	-	-	-
37	Дрожжи прессованные	1	1	2	2	2	2
38	Соль	5	5	6	6	8	8
39	Смесь белковая композитная сухая	-	-	-	-	-	-
40	Витаминно-минеральные комплексы	-	-	-	-	-	-
41	Специи	1	1	2	2	2	2
42	Уксус 3%	-	-	-	-	-	-
43	Сухари панировочные	-	-	-	-	-	-
44	Конфеты диабетические	-		-	-	-	-

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
1-Й ДЕНЬ							
			ЗАВТРАК				
228	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	250	10	14	35,75	310	
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253	
433	Кофейный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100	
Итого		550	14,8	38,6	63,7	663	
			II ЗАВТРАК				
508	Вафли	50	1,4	1,6	38,8	178	
464	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71	
Итого		175	4,9	7,7	44,4	249	
			ОБЕД				
45 (3)	Салат из белокочанной капусты	100	1,5	5,5	7,6	127	
115 (1)	Суп картофельный с бобовыми	300	7,2	5,1	25,8	177	
153 (1)	Гренки из пшеничного хлеба	50	6	0,65	38,75	185	
344в (2)	Птица тушенная в соусе с овощами	200	18	22	13,9	334	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102	
412	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,2	26,6	110	
	Сырок глазированный	25	2,3	2,2	8	63	
Итого		925	38,9	36,05	141,85	1098	
			ПОЛДНИК				
502	Булочка молочная	50	4,55	2,4	27,35	149	
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86	
Итого		250	5,55	2,6	47,15	235	
			УЖИН				
75 (2)	Икра баклажанная консервированная	100	1,7	6,1	6,3	87	
250	Макароны с сыром	250	7,5	9,75	35,25	275	
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42	
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102	
1	Бутерброд с маслом сливочным	100	4	42,8	26,3	506	
Итого		768	21,8	63,71	99,35	1075	
Всего			85,95	148,66	396,45	3320	
2-Й ДЕНЬ							
			ЗАВТРАК				
267 (1)	Запеканка из творога	150	22,65	16,5	24,45	348	
4	Бутерброд с сыром	50	6,25	12	13	185	
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116	
Итого		400	32,9	32,5	53,45	649	

23 (2)	Салат сезонный	100	3	3,9	6,1	67
342	Рагу из птицы	300	30,3	21	21	441
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
432а	Чай с молоком	200	2	2	15,5	87,5
Итого		700	40,6	48,7	76,95	950,5
Всего			112,37	131,07	419,96	3332,15

4-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

228	Каша манная молочная жидккая	250	10	14	35,75	310
4	Бутерброд с сыром	50	6,25	12	13	185
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
Итого		540	25,35	34,6	65,05	674

II ЗАВТРАК

495	Печенье	50	3,75	5,9	37,45	208
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108
Итого		250	9,55	10,9	45,85	316

ОБЕД

96 (2)	Щи из свежей капусты с картофелем	300	3,6	5,7	15,6	129
274	Рыба, тушенная в томате с овощами	260	1,3	11,7	11,18	156
160 (3)	Картофель отварной	220	4,8	7,3	37,4	235,4
	Хлеб ржаной	100	6,6	0,9	42,4	204
3	Бутерброд с джемом	100	4	1,5	61,5	276
415	Компот из черной смородины	200	0,6	0,2	16	68
Итого		1180	20,9	27,3	184,08	1068,4

ПОЛДНИК

492	Булочка «Творожная»	60	8	2,16	31,44	177
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого		410	9,6	2,96	65,94	333,5

УЖИН

70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
246а	Макароны отварные	250	8,75	6,25	41	277,5
303	Печень тушенная в соусе	250	37,75	24,5	10,75	415
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
	Хлеб ржаной	100	6,6	0,9	42,4	204
Итого		910	54,2	31,91	107,01	954
Всего			119,6	107,67	468,67	3345,5

5-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

224	Каша пуховая (гречневая)	200	14,8	15,2	53,2	412
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
433	Кофеинный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100
Итого		450	19,6	39,8	81,15	765

II ЗАВТРАК

508	Вафли	50	1,4	1,6	38,8	178
464	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71
Итого		175	4,9	7,7	44,4	249

ОБЕД						
70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
83	Борщ с капустой и картофелем	300	3	5,4	15,9	123
305	Котлеты из говядины	100	18,8	23	3	288
353	Каша рассыпчатая	150	8,4	7,65	40,5	264
412	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,2	26,6	110
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
	Сырок глазированный	25	2,3	2,2	8	63
Итого		935	37,3	39,05	118,06	965,4

ПОЛДНИК

	Гематоген	50	3	1,5	37,8	177
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
Итого		250	4	1,7	57,6	263

УЖИН

77 (2)	Икра свекольная	100	2,3	6,8	11,7	117
160 (3)	Картофель отварной	220	4,8	7,3	37,4	235,4
318	Тефтели из говядины с рисом (паровые)	180	24,84	20,52	11,7	333
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
Итого		800	37,44	56,48	105,15	1082,4
Всего		103,24	144,73	406,36		3324,8

6-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК						
226	Каша «Янтарная»	250	10,25	14,75	47,25	365
9	Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами	100	12	15	20,6	265
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116
Итого		550	26,25	33,75	83,85	746

II ЗАВТРАК

510	Пряники	50	2,4	1,4	38,8	168
436	Молоко стерилизованное	220	6,6	3,3	10,5	99
Итого		270	9	4,7	49,3	267

ОБЕД

65 (1)	Салат из капусты белокочанной с кальмарами	100	8,1	7,6	3,4	114
90 (1)	Борщ с фасолью	300	4,5	5,4	18	138
298	Бефстроганов	150	23,85	27,6	8,85	379,5
362 (2)	Пюре картофельное	220	8,58	8,36	20,46	191,4
421	Кисель	200	0,2	0,04	25,4	104
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
	Творожок для детского питания в индивидуальной упаковке	100	9,0	5,0	4,0	97
Итого		1120	57,53	54,4	101,31	1125,9

ПОЛДНИК

465 (1)	Блинчики с яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем	100	7,4	4,8	32,9	204
	Джем	30	0,15	0	21,48	82,8

401	Компот из вишни	200	0,4	0,4	18	78
Итого		300	7,8	5,2	51,22	281,2
УЖИН						
40 (1)	Винегрет овощной	100	1	13,4	3,1	137
253 (2)	Омлет натуральный	250	25	32,5	6,75	407,5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
	Мандарин	150	0,8	0,2	7,5	38
Итого		800	32,3	67,96	61,7	979,5
Всего			132,88	166,01	347,48	3399,6

7-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК						
228б	Каша пшеничная жидкая	300	12	16,8	42,9	372
11	Бутерброд с икрой зернистой	100	14,4	10,6	32,5	283
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
	Масло (порциями)	25	0,32	15,4	0,42	141,5
433	Кофейный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100
Итого		665	34,62	50,6	90,92	959,5
II ЗАВТРАК						
	Шоколад	30	2,9	10,4	15,1	166,2
	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71
Итого		155	6,4	13,5	20,7	237,2

ОБЕД

77 (2)	Икра свекольная	100	2,3	6,8	11,7	117
133 (2)	Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,25	8,75	26	215
317 (1)	Тефтели (1-й вариант)	150	9,15	31,5	16,95	388,5
362 (2)	Пюре картофельное	220	8,58	8,36	20,46	191,4
412	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,2	26,6	110
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
	Творожок для детского питания в индивидуальной упаковке	100	9,0	5,0	4,0	97
Итого		1070	41,18	61,01	126,91	1220,9

ПОЛДНИК

473	Оладьи	100	7,9	4,8	34,6	213
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
Итого		300	8,9	5,0	54,4	299

УЖИН

70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
274	Рыба, тушенная в томате с овощами	260	1,3	11,7	11,18	156
160 (3)	Картофель отварной	220	4,8	7,3	37,4	235,4
	Хлеб ржаной	100	6,6	0,9	42,4	204
432а	Чай с молоком	200	2	2	15,5	87,5
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого		1090	17,8	43,7	124,09	964,3
Всего			108,9	173,81	417,02	3680,9

8-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

2216	Каша пшеничная вязкая	250	5,25	2,12	42	212,5
1	Бутерброд с маслом сливочным	100	4	42,8	26,3	506
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116
Итого		550	13,25	48,92	84,3	834,5

II ЗАВТРАК

	Вафли	25	0,7	0,8	19,4	89
	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71
Итого		150	4,2	3,9	24,9	160

ОБЕД

71	Помидор свежий	200	2,2	0,4	7,6	48
115 (1)	Суп картофельный с бобовыми	300	7,2	5,1	25,8	177
153 (1)	Гренки из пшеничного хлеба	50	6	0,65	38,75	185
342	Рагу из птицы	300	30,3	21	21	441
415	Компот из черной смородины	200	0,6	0,2	16	68
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
	Сырок глазированный	25	2,3	2,2	8	63
Итого		1125	51,9	29,95	138,35	1084

ПОЛДНИК

502	Булочка молочная	50	4,55	2,4	27,35	149
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
	Апельсин	150	1,35	0,3	12,15	64,5
Итого		400	6,9	2,9	59,3	299,5

УЖИН

75 (2)	Икра баклажанная консервированная	100	1,7	6,1	6,3	87
250	Макароны с сыром	250	7,5	9,75	35,25	275
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
1	Бутерброд с маслом сливочным	100	4	42,8	26,3	506
Итого		768	21,8	63,71	99,35	1075
Всего			98,05	149,38	406,2	3453

9-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК						
267 (1)	Запеканка из творога	150	22,65	16,5	24,45	348
4	Бутерброд с сыром	100	12,5	24	26	370
433	Кофейный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100
Итого		400	37,95	43,7	65,25	818

II ЗАВТРАК

495	Печенье	50	3,75	5,9	37,45	208
	Кефир	200	5,8	5	8	106
Итого		250	9,55	10,9	45,45	314

ОБЕД

70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
90 (1)	Борщ с фасолью	300	4,5	5,4	18	138
336	Голубцы с мясом и рисом тушеные	200	13,6	15	22	278
412	Компот из сухофруктов	200	0,6	0,2	26,6	110
	Хлеб ржаной	100	6,6	0,9	42,4	204
	Батон	68	5,1	2	35	178
	Сырок глазированный	40	4,6	4,4	16	126,25

228a	Каша манная молочная жидкая	250	10	8,6	42,7	290
9	Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами	100	12	15	20,6	265
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
433	Кофейный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100
Итого		590	29,9	31,4	78,4	718

II ЗАВТРАК

495	Печенье	50	3,75	5,9	37,45	208
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108
Итого		250	9,55	10,9	45,85	316

ОБЕД

71	Помидор свежий	200	2,2	0,4	7,6	48
274	Рыба, тушенная в томате с овощами	260	1,3	11,7	11,18	156
84	Борщ с картофелем	300	3,3	5,4	19,5	141
362 (2)	Пюре картофельное	220	8,58	8,36	20,46	191,4
421	Кисель	200	0,2	0,04	25,4	104
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,4	21,2	102
3	Бутерброд с джемом	100	4	1,5	61,5	276
Итого		1350	22,88	27,8	166,84	1018,4

ПОЛДНИК

492	Булочка «Творожная»	60	8	2,16	31,44	177
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого		410	9,6	2,96	65,94	333,5

УЖИН

	Огурец соленый	110	0,88	0,11	1,87	14,3
3046	Шницель натуральный рубленный	150	24,15	27	13,05	427,5
374	Рагу из овощей	250	4,25	8,5	18	165
430а	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
Итого		810	34,78	57,52	77,27	1003,8
Всего			106,71	130,58	434,3	3389,7

12-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

228	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	250	10	14	35,75	310
4	Бутерброд с сыром	100	12,5	24	26	370
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116
Итого		550	26,5	42	77,75	796

II ЗАВТРАК

508	Вафли	50	1,4	1,6	38,8	178
464	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71
Итого		175	4,9	7,7	44,4	249

ОБЕД

70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
96 (2)	Щи из свежей капусты с картофелем	300	3,6	5,7	15,6	129
294	Жаркое по-домашнему	300	22,2	27,6	29,1	438

261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
401	Компот из вишни	200	0,4	0,4	18	78
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
	Батон	68	5,1	2	35	178
	Сырок глазированный	40	4,6	4,4	16	126,25
Итого		1008	45,2	45,35	138,06	1027,65

ПОЛДНИК

502	Булочка молочная	50	4,55	2,4	27,35	149
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
	Апельсин	150	1,35	0,3	12,15	64,5
Итого		400	6,9	2,9	59,3	299,5

УЖИН

71	Помидор свежий	200	2,2	0,4	7,6	48
331	Суфле из печени	150	30,3	17,25	7,95	309
337 (1)	Соус красный основной	50	1	1,1	3	26
353 (1)	Рис отварной	200	11,2	10,2	54	352
	Масло (порциями)	25	0,32	15,4	0,42	141,5
432а	Чай с молоком	200	2	2	15,5	87,5
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
Итого		875	50,32	46,8	109,67	1066
Всего		132,82	144,75	429,18		3438,15

13-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

228а	Каша манная молочная жидккая	250	10	8,6	42,7	290
9	Бутерброд с мясными гастрономическими продуктами	100	12	15	20,6	265
433	Кофейный напиток	200	2,8	3,2	14,8	100
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
Итого		590	29,9	31,4	78,4	718

II ЗАВТРАК

510	Пряники	50	2,4	1,4	38,8	168
436	Молоко стерилизованное	220	6,6	3,3	10,5	99
Итого		270	9	4,7	49,3	267

ОБЕД

109 (1)	Суп из овощей	250	2,25	4,45	8	85
317 (1)	Тефтели (1-й вариант)	150	9,15	31,5	16,95	388,5
365	Овощи в молочном соусе	200	5,2	6,6	22,2	168
	Хлеб ржаной	100	6,6	0,9	42,4	204
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0,2	26,6	110
	Творожок для детского питания в индивидуальной упаковке	100	9,0	5,0	4,0	97
Итого		1000	32,8	48,65	120,15	1052,5

ПОЛДНИК

465 (1)	Блинчики с яблочным фаршем, джемом, повидлом или вареньем	100	7,4	4,8	32,9	204
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
Итого		300	8,4	5,0	52,7	290

УЖИН

70	Огурец свежий	110	0,9	0,2	2,86	15,4
----	---------------	-----	-----	-----	------	------

274	Рыба, тушенная в томате с овощами	260	1,3	11,7	11,18	156
362 (2)	Пюре картофельное	220	8,58	8,36	20,46	191,4
430a	Чай с сахаром	200/10	0,2	0,06	10	42
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
1	Бутерброд с маслом сливочным	50	2	21,4	13,15	253
	Груша	150	0,6	0,45	15,45	70,5
Итого		1040	16,88	32,62	94,3	830,3
Всего			96,48	122,37	394,85	3157,8

14-Й ДЕНЬ

ЗАВТРАК

228б	Каша пшеничная жидкая	300	12	16,8	42,9	372
261	Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63
11	Бутерброд с икрой зернистой	100	14,4	10,6	32,5	283
434	Какао с молоком	200	4	4	16	116
Итого		640	35,5	36	91,7	834

II ЗАВТРАК

	Шоколад	30	2,9	10,4	15,1	166,2
	Йогурт	125	3,5	3,1	5,6	71
Итого		155	6,4	13,5	20,7	237,2

ОБЕД

133 (2)	Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,25	8,75	26	215
300	Азу	200	30,6	33	11,8	466
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
	Батон	68	5,1	2,0	35	178
	Творожок для детского питания в индивидуальной упаковке	100	9,0	5,0	4,0	97
415	Компот из черной смородины	200	0,6	0,2	16	68
Итого		868	56,85	49,4	114	1126

ПОЛДНИК

473	Оладьи	100	7,9	4,8	34,6	213
407д	Сок яблочный	200	1	0,2	19,8	86
Итого		300	8,9	5,0	54,4	299

УЖИН

75 (2)	Икра баклажанная консервированная	100	1,7	6,1	6,3	87
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,45	21,2	102
329	Пудинг из вермишели с мясом	250	26	17	49,5	462,5
432а	Чай с молоком	200	2	2	15,5	87,5
	Апельсин	150	1,35	0,3	12,15	64,5
Итого		750	34,35	25,85	104,65	803,5
Всего			142	129,75	385,45	3299,7

от 30 июня 2020 г. № 18062-од

**Распорядок дня для воспитанников**

Элементы распорядка дня	Возраст			Выходные и праздничные дни	Каникулы	
	до 10 лет (дошкольники и младшие школьники)	11-14 лет (5-8 класс)	15-17 лет (8-9 класс)			
Подъем (пробуждение от сна)	7.00			10.00		
Утренняя гимнастика, умывание, уборка постелей	7.00 – 7.30			10.00 – 10.30		
Завтрак	7.30 – 7.50			10.30 – 11.00		
Переход к месту обучения	30 мин.			Свободное время, прогулки на свежем воздухе, мероприятия по плану семьи		
Учебные занятия	9.00 – 14.30	9.00 – 15.30				
Переход в ДД	30 мин.			13.00 – 15.00		
Обед, отдых	15.00 – 16.00	15.15 – 16.00				
Приготовление уроков, дополнительные занятия, кружки, секции, возвращение из школ-интернатов	16.00 – 19.00			Свободное время, прогулка, мероприятия по плану семьи		
Ужин	19.00 – 19.30					
Свободное время, прогулка на воздухе			19.30 – 20.30	19.30 – 20.30		
Вечерний туалет	19.30 – 20.00	20.30 – 21.00		20.30 – 21.00		
Вечерний чай, семейный организованный досуг	20.00 – 21.00	21.00 – 21.40		21.00 – 22.30		
Подготовка ко сну	21.00 -21.30	21.40 - 22.00		22.30 - 23.00		
Сон	21.30 – 7.00	22.00 – 7.00		23.00 – 10.00	23.00 – 10.00	