



УТВЕРЖДАЮ:

*В.И. Давидов*

Примерное 15-дневное меню рационов питания (завтрак, обед) для обеспечения питания детей и подростков в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием для детей и подростков возрастных групп 7-12 лет города -курорта Кисловодска 2025 года (лето).

| 12 лет города -курорта Кисловодска 2023 года |                                                    |                   |                    |       |       |        |        |                 |                       |             |
|----------------------------------------------|----------------------------------------------------|-------------------|--------------------|-------|-------|--------|--------|-----------------|-----------------------|-------------|
| Приём пищи                                   | Наименование блюда                                 | Выход<br>6-11 лет | Пищевые вещества   |       |       |        |        |                 | Энерг.<br>ценн.(ккал) | № рецептуры |
|                                              |                                                    |                   | Масса<br>порции, г | Б     | Ж     | У      | 7      | 8               |                       |             |
| 2                                            |                                                    |                   |                    |       |       |        |        |                 |                       |             |
| Неделя I. День I                             |                                                    |                   |                    |       |       |        |        |                 |                       |             |
| ЗАВТРАК                                      | Запеканка из творога с молоком стуженным           | 180/20            | 200                | 17,17 | 12,23 | 2,69   | 353,6  | №223 Сб. 2017г. |                       |             |
|                                              | Чай с лимоном                                      | 200/10/7          | 217                | 0,2   | 0     | 32     | 130    | №377 Сб.2017г.  |                       |             |
|                                              | Печенье ( 1 шт в инд упаковке)                     | 1 шт              | 50                 | 2,25  | 4,8   | 20,7   | 135    | ГОСТ            |                       |             |
|                                              | Хлеб пшеничный                                     | 60                | 60                 | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141    |                 |                       |             |
|                                              |                                                    |                   | 527                | 24,36 | 17,63 | 84,37  | 759,6  |                 |                       |             |
| Итого за завтрак                             |                                                    |                   |                    |       |       |        |        |                 |                       | 72,59       |
| Стоимость завтрака                           |                                                    |                   |                    |       |       |        |        |                 |                       |             |
| ОБЕД                                         | Огурец свежий (порционно)                          | 60                | 60                 | 0,13  | 0,48  | 0,9    | 8,33   | №71 Сб.2017г.   |                       |             |
|                                              | Суп из овощей с горошком зелѐным конц. Со сметаной | 200/5             | 205                | 1,75  | 4,93  | 14,3   | 108,3  | №99 Сб. 2017г.  |                       |             |
|                                              | Котлеты рубленные из птицы                         | 90                | 90                 | 16,2  | 24,2  | 15,6   | 346    | №295 Сб. 2017г. |                       |             |
|                                              | Каша рассыпчатая пшеничная с маслом                | 150/5             | 155                | 5,02  | 5,7   | 31,4   | 196,6  | №302 Сб. 2017г. |                       |             |
|                                              | Сок фруктовый в ассортименте                       | 200               | 200                | 1     | 0     | 20     | 80     | №389 сб. 2017г. |                       |             |
|                                              | Хлеб пшеничный                                     | 60                | 60                 | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141    |                 |                       |             |
|                                              | Хлеб ржано-пшеничный                               | 60                | 60                 | 3,96  | 0,72  | 20,04  | 104,4  |                 |                       |             |
| Итого за обед                                |                                                    |                   | 770                | 28,84 | 35,91 | 111,18 | 880,23 |                 |                       |             |

|                           |                                                                  |        |      |       |       |        |         |                  |               |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------|--------|------|-------|-------|--------|---------|------------------|---------------|
| <b>Итого за день</b>      |                                                                  |        |      | 1297  | 53,2  | 53,54  | 195,55  | 1639,83          |               |
| <b>Стоимость обеда</b>    |                                                                  |        |      |       |       |        |         |                  | <b>101,00</b> |
| <b>Неделя 1. День 2</b>   |                                                                  |        |      |       |       |        |         |                  |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Масло сливочное 72,5% (порциями)                                 | 10     | 10   | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66      | №14 сб. 2017г.   |               |
|                           | Сыр (порциями)                                                   | 15     | 15   | 6,96  | 8,85  | 0      | 108     | №15 сб. 2017г.   |               |
|                           | Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром                   | 200/5  | 205  | 6,1   | 3,8   | 44,9   | 238     | №173 сб. 2017 г. |               |
|                           | Кофейный напиток с молоком                                       | 200    | 200  | 3,8   | 3,21  | 19,5   | 121,3   | №379 сб. 2017г.  |               |
|                           | Хлеб пшеничный                                                   | 60     | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                  |               |
|                           | Фрукты св. (по сезону)                                           | 1 шт   | 150  | 0,8   | 0     | 25,2   | 104     | №338 сб. 2017г.  |               |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                                                  |        | 640  | 22,48 | 23,71 | 118,71 | 778,3   |                  |               |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                                                  |        |      |       |       |        |         |                  | <b>72,59</b>  |
| <b>ОБЕД</b>               | Помидор свежий (порционно)                                       | 60     | 60   | 0,16  | 0,46  | 0,91   | 8,5     | №71 сб. 2017 г.  |               |
|                           | Рассольник ленинградский со сметаной                             | 200/5  | 205  | 2,53  | 2,73  | 21,68  | 121,25  | №96 сб. 2017 г.  |               |
|                           | Шницель из говядины говядины                                     | 90     | 90   | 15    | 22,4  | 12,8   | 314     | №268 сб. 2017 г. |               |
|                           | Макароны отварные с маслом                                       | 150/5  | 155  | 6,4   | 5,8   | 34,3   | 215,3   | №309 сб.2017 г.  |               |
|                           | Компот из свежих плодов (по сезону)                              | 200    | 200  | 0,2   | 0     | 25,7   | 105     | №342 сб. 2017г.  |               |
|                           | Хлеб пшеничный                                                   | 60     | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                  |               |
|                           | Хлеб ржано-пшеничный                                             | 60     | 60   | 3,96  | 0,72  | 20,04  | 104,4   |                  |               |
|                           | <b>Итого за обед</b>                                             |        | 770  | 29,03 | 31,99 | 124,37 | 905,05  |                  |               |
|                           | <b>Итого за день</b>                                             |        | 1410 | 51,51 | 55,7  | 243,08 | 1683,35 |                  |               |
|                           | <b>Стоимость обеда</b>                                           |        |      |       |       |        |         |                  | <b>101,00</b> |
| <b>Неделя 1. День 3</b>   |                                                                  |        |      |       |       |        |         |                  |               |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с сахаром                | 200/5  | 205  | 8,56  | 3,81  | 54,17  | 296     | №174 сб. 2017г.  |               |
|                           | Чай с сахаром                                                    | 200/10 | 200  | 0,07  | 0,02  | 11,1   | 44,5    | №376 сб. 2017г.  |               |
|                           | Булочка слоеная с джемом пром производства (1 шт в инд упаковке) | 1 шт   | 70   | 3,75  | 6,6   | 30,45  | 166     | ТУ               |               |
|                           | Хлеб пшеничный                                                   | 60     | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                  |               |

|                           |                                          |        |      |       |       |        |         |       |                       |
|---------------------------|------------------------------------------|--------|------|-------|-------|--------|---------|-------|-----------------------|
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                          |        |      | 535   | 17,12 | 11,03  | 124,7   | 647,5 |                       |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                          |        |      |       |       |        |         |       | <b>72,59</b>          |
|                           |                                          |        |      |       |       |        |         |       |                       |
| <b>ОБЕД</b>               | Огурец свежий (порционно)                | 60     | 60   | 0,13  | 0,48  | 0,9    | 8,33    |       | №71 Сб. 2017г.        |
|                           | Суп картофельный с клецками              | 200    | 200  | 2,53  | 2,73  | 21,68  | 121,25  |       | №108 Сб. 2017г.       |
|                           | Рагу из птицы                            | 90/160 | 250  | 21,4  | 25,9  | 29,3   | 436,8   |       | №289 Сб. 2017г.       |
|                           | Компот из смеси сухофруктов              | 200    | 200  | 0,08  | 0     | 21,82  | 87,6    |       | №349 Сб. 2017         |
|                           | Хлеб пшеничный                           | 60     | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |       |                       |
| <b>Итого за обед</b>      | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60     | 60   | 3,96  | 0,72  | 20,04  | 104,4   |       |                       |
|                           |                                          |        | 770  | 28,88 | 29,71 | 102,68 | 899,38  |       |                       |
|                           | <b>Итого за день</b>                     |        | 1305 | 46    | 40,74 | 227,38 | 1546,88 |       |                       |
|                           | <b>Стоимость обеда</b>                   |        |      |       |       |        |         |       | <b>101,00</b>         |
| <b>Неделя 1. День 4</b>   |                                          |        |      |       |       |        |         |       |                       |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Масло сливочное 72,5% (порциями)         | 10     | 10   | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66      |       | №14 сб. 2017г.        |
|                           | Сыр (порциями)                           | 15     | 15   | 6,96  | 8,85  | 0      | 108     |       | №15 сб. 2017г.        |
|                           | Каша вязк. молочная из хлопьев овс. с/с  | 200/5  | 205  | 9,5   | 6,55  | 63,5   | 351     |       | №174 Сб. 2017г.       |
|                           | Какао с молоком                          | 200    | 200  | 4,2   | 3,63  | 17,28  | 118,7   |       | №382 Сб. 2017г.       |
|                           | Хлеб пшеничный                           | 60     | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |       |                       |
| <b>Итого за завтрак</b>   | Фрукты св. (по сезону)                   | 1 шт   | 150  | 0,8   | 0     | 25,2   | 104     |       | №338Сб. 2017г.        |
|                           |                                          |        | 640  | 26,28 | 26,88 | 135,09 | 888,7   |       |                       |
|                           | <b>Стоимость завтрака</b>                |        |      |       |       |        |         |       | <b>72,59</b>          |
|                           |                                          |        |      |       |       |        |         |       |                       |
| <b>ОБЕД</b>               | Помидор свежий (порционно)               | 60     | 60   | 0,13  | 0,48  | 0,9    | 8,33    |       | №71 Сб. 2017 г.       |
|                           | Борщ из свеж. кап. с картоф.со сметаной  | 200/5  | 205  | 1,63  | 4,83  | 12,1   | 98,25   |       | №82 Сб. 2017г.        |
|                           | Тефтели рыбные(минтай) с соусом томатным | 90/50  | 140  | 13,6  | 8,2   | 12,8   | 178     |       | №239 Сб. 2017 г.      |
|                           | 1 вариант - Картофель отварной с маслом  | 150/5  | 155  | 3,6   | 5,9   | 25,74  | 170,3   |       | №310 №312 Сб. 2017 г. |
|                           | 2 вариант - Картофельное пюре * с маслом | 200    | 200  | 0,43  | 0,12  | 38,62  | 157,6   |       | №359 сб. 2017         |

|                        |                      |    |             |              |              |               |                |               |
|------------------------|----------------------|----|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------|
|                        | Хлеб пшеничный       | 60 | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |               |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный | 60 | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |               |
| <b>Итого за обед</b>   |                      |    | <b>880</b>  | <b>28,09</b> | <b>20,85</b> | <b>139,18</b> | <b>857,88</b>  |               |
| <b>Итого за день</b>   |                      |    | <b>1520</b> | <b>54,37</b> | <b>47,73</b> | <b>274,27</b> | <b>1746,58</b> |               |
| <b>Стоимость обеда</b> |                      |    |             |              |              |               |                | <b>101,00</b> |

|                           |                                              |          |            |              |              |             |            |                  |
|---------------------------|----------------------------------------------|----------|------------|--------------|--------------|-------------|------------|------------------|
| <b>Неделя 1. День 5</b>   |                                              |          |            |              |              |             |            |                  |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60       | 60         | 0,72         | 2,82         | 4,62        | 46,8       |                  |
|                           | Омлет натуральный                            | 200      | 200        | 25,6         | 44,4         | 21,2        | 585,2      | №210 Сб. 2017 г. |
|                           | Чай с лимоном                                | 200/10/7 | 217        | 0,2          | 0            | 32          | 130        | №377 Сб. 2017 г. |
|                           | Хлеб пшеничный                               | 60       | 60         | 4,74         | 0,6          | 28,98       | 141        |                  |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                              |          | <b>537</b> | <b>31,26</b> | <b>47,82</b> | <b>86,8</b> | <b>903</b> |                  |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                              |          |            |              |              |             |            | <b>72,59</b>     |

|                        |                                      |        |             |              |              |               |               |                  |
|------------------------|--------------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|---------------|------------------|
| <b>ОБЕД</b>            | Огурец свежий (порционно)            | 60     | 60          | 0,16         | 0,46         | 0,91          | 8,5           | №71 Сб. 2017 г.  |
|                        | Суп картофельный с бобовыми          | 200    | 200         | 6,88         | 5,33         | 26,1          | 179,8         | №102 Сб. 2017 г. |
|                        | Плов из птицы                        | 90/150 | 240         | 29,8         | 38           | 48,2          | 654           | №291 Сб. 2017    |
|                        | Компот из свежих плодов ( по сезону) | 200    | 200         | 0,2          | 0            | 25,7          | 105           | №342 Сб. 2017г.  |
|                        | Хлеб пшеничный                       | 60     | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141           |                  |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                 | 60     | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4         |                  |
| <b>Итого за обед</b>   |                                      |        | <b>760</b>  | <b>41,78</b> | <b>44,39</b> | <b>129,89</b> | <b>1192,7</b> |                  |
| <b>Итого за день</b>   |                                      |        | <b>1297</b> | <b>73,04</b> | <b>92,21</b> | <b>216,69</b> | <b>2095,7</b> |                  |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                      |        |             |              |              |               |               | <b>101,00</b>    |

|                         |                                      |     |     |      |      |       |       |                 |
|-------------------------|--------------------------------------|-----|-----|------|------|-------|-------|-----------------|
| <b>Неделя 2. День 6</b> |                                      |     |     |      |      |       |       |                 |
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Масло сливочное 72,5% (порциями)     | 10  | 10  | 0,08 | 7,25 | 0,13  | 66    | №14 сб. 2017г.  |
|                         | Сыр (порциями)                       | 15  | 15  | 6,96 | 8,85 | 0     | 108   | №15 сб. 2017г.  |
|                         | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 200 | 3,18 | 3,89 | 21,44 | 434   | №120 Сб. 2017   |
|                         | Кофейный напиток с молоком           | 200 | 200 | 3,8  | 3,21 | 19,5  | 121,3 | №379 Сб. 2017г. |
|                         | Хлеб пшеничный                       | 60  | 60  | 4,74 | 0,6  | 28,98 | 141   |                 |

|                           |                        |      |            |              |             |              |              |                 |
|---------------------------|------------------------|------|------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-----------------|
|                           | Фрукты св. (по сезону) | 1 шт | 150        | 0,8          | 0           | 25,2         | 104          | №338 Сб. 2017г. |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                        |      | <b>635</b> | <b>19,56</b> | <b>23,8</b> | <b>95,25</b> | <b>974,3</b> |                 |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                        |      |            |              |             |              |              | <b>72,59</b>    |

|                        |                                          |        |             |              |              |               |                |                 |
|------------------------|------------------------------------------|--------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|
| <b>ОБЕД</b>            | Помидор свежий (порционно)               | 60     | 60          | 0,13         | 0,48         | 0,9           | 8,33           | №71 Сб. 2017 г. |
|                        | Суп картофельный рисовой крупой          | 200    | 200         | 2            | 2,73         | 20,9          | 116,3          | №101 Сб. 2017г. |
|                        | Запеканка картофельная с мясом 70/210/10 | 280/10 | 290         | 32           | 36,6         | 30,6          | 580            | №284 Сб. 2017г. |
|                        | Компот из смеси сухофруктов              | 200    | 200         | 0,08         | 0            | 21,82         | 87,6           | №349 Сб. 2017   |
|                        | Хлеб пшеничный                           | 60     | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |                 |
|                        | Хлеб ржаной                              | 60     | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |                 |
| <b>Итого за обед</b>   |                                          |        | <b>810</b>  | <b>38,95</b> | <b>40,41</b> | <b>103,2</b>  | <b>1037,63</b> |                 |
| <b>Итого за день</b>   |                                          |        | <b>1445</b> | <b>58,51</b> | <b>64,21</b> | <b>198,45</b> | <b>2011,93</b> |                 |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                          |        |             |              |              |               |                | <b>101,00</b>   |

**Неделя 2. День 7**

|                         |                                          |        |            |              |              |               |              |                 |
|-------------------------|------------------------------------------|--------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>          | Каша молочная гречневая с сахаром        | 200/5  | 205        | 13,31        | 7,31         | 45            | 304          | №183 Сб. 2017г. |
|                         | Чай с сахаром                            | 200/10 | 210        | 0,07         | 0,02         | 11,1          | 44,5         | №376 Сб. 2017г. |
|                         | Печенье (1 шт в индивидуальной упаковке) | 1 шт   | 50         | 4            | 6,5          | 33,5          | 210          |                 |
|                         | Хлеб пшеничный                           | 60     | 60         | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141          |                 |
| <b>Итого за завтрак</b> |                                          |        | <b>525</b> | <b>22,12</b> | <b>14,43</b> | <b>118,58</b> | <b>699,5</b> |                 |

|                           |  |  |  |  |  |  |  |              |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--------------|
| <b>Стоимость завтрака</b> |  |  |  |  |  |  |  | <b>72,59</b> |
|---------------------------|--|--|--|--|--|--|--|--------------|

|                      |                                  |       |             |              |              |               |                |                  |
|----------------------|----------------------------------|-------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------------|
| <b>ОБЕД</b>          | Огурец свежий (порционно)        | 60    | 60          | 0,13         | 0,48         | 0,9           | 8,33           | №71 Сб. 2017 г.  |
|                      | Щи из свежей капусты со сметаной | 200/5 | 205         | 1,73         | 4,93         | 8,35          | 84,8           | №88 Сб. 2017г.   |
|                      | Котлеты рубленые из птицы        | 90    | 90          | 17,6         | 13,8         | 4,4           | 218            | №295 Сб. 2017 г. |
|                      | Рис отварной с маслом            | 150/5 | 155         | 4,4          | 7,6          | 39,4          | 244            | №304 Сб. 2017г.  |
|                      | Сок фруктовый в ассортименте     | 200   | 200         | 1            | 0            | 20            | 80             | №389 сб. 2017г.  |
|                      | Хлеб пшеничный                   | 60    | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |                  |
|                      | Хлеб ржано-пшеничный             | 60    | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |                  |
| <b>Итого за обед</b> |                                  |       | <b>770</b>  | <b>29,6</b>  | <b>27,41</b> | <b>102,03</b> | <b>880,53</b>  |                  |
| <b>Итого за день</b> |                                  |       | <b>1295</b> | <b>51,72</b> | <b>41,84</b> | <b>220,61</b> | <b>1580,03</b> |                  |

| Стоимость обеда    |                                                    | Неделя 2. День 8 |      |       |       |        |         |                 |        | 101,00 |
|--------------------|----------------------------------------------------|------------------|------|-------|-------|--------|---------|-----------------|--------|--------|
| ЗАВТРАК            | Масло сливочное 72,5% (порциями)                   | 10               | 10   | 0,08  | 7,25  | 0,13   | 66      | №14 сб. 2017г.  |        |        |
|                    | Сыр (порциями)                                     | 15               | 15   | 6,96  | 8,85  | 0      | 108     | №15 сб. 2017г.  |        |        |
|                    | Каша молочная рисовая с сахаром                    | 200/5            | 205  | 8,5   | 3,75  | 33,6   | 202,5   | №173 Сб. 2017г. |        |        |
|                    | Какао с молоком                                    | 200              | 200  | 4,2   | 3,63  | 17,28  | 118,7   | №382 Сб. 2017г. |        |        |
|                    | Хлеб пшеничный                                     | 60               | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                 |        |        |
| Итого за завтрак   | Фрукты св. (по сезону)                             | 1 шт             | 150  | 0,8   | 0     | 25,2   | 104     | №338 Сб.2017г.  |        |        |
| Стоимость завтрака |                                                    |                  | 640  | 25,28 | 24,08 | 105,19 | 740,2   |                 | 72,59  |        |
|                    |                                                    |                  |      |       |       |        |         |                 |        |        |
| ОБЕД               | Помидор свежий (порционно)                         | 60               | 60   | 0,16  | 0,46  | 0,91   | 8,5     | №71 Сб. 2017 г. |        |        |
|                    | Рассольник ленинградский со сметаной               | 200/5            | 205  | 2,53  | 2,73  | 21,68  | 121,25  | №96 Сб. 2017 г. |        |        |
|                    | Рагу из птицы                                      | 90/160           | 250  | 21,4  | 25,9  | 29,3   | 436,8   | №289 Сб. 2017г. |        |        |
|                    | Компот из свежих плодов ( по сезону)               | 200              | 200  | 0,2   | 0     | 25,7   | 105     | №342 Сб. 2017г. |        |        |
|                    | Хлеб пшеничный                                     | 60               | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                 |        |        |
| Итого за обед      | Хлеб ржано-пшеничный                               | 60               | 60   | 3,96  | 0,72  | 20,04  | 104,4   |                 |        |        |
| Итого за обед      |                                                    |                  | 775  | 29,03 | 29,69 | 106,57 | 916,95  |                 |        |        |
| Стоимость обеда    |                                                    |                  | 1415 | 54,31 | 53,77 | 211,76 | 1657,15 |                 | 101,00 |        |
| Неделя 2. День 9   |                                                    |                  |      |       |       |        |         |                 |        |        |
| ЗАВТРАК            | Запеканка из творога с молоком ступенным           | 180/20           | 200  | 17,17 | 12,23 | 2,69   | 353,6   | №223 Сб. 2017г. |        |        |
|                    | Печенье ( 1 шт в инд упаковке)                     | 1 шт             | 30   | 2,25  | 4,8   | 20,7   | 135     | ГОСТ            |        |        |
|                    | Чай с лимоном                                      | 200/10/7         | 217  | 0,2   | 0     | 32     | 130     | №377 Сб.2017г.  |        |        |
|                    | Хлеб пшеничный                                     | 60               | 60   | 4,74  | 0,6   | 28,98  | 141     |                 |        |        |
| Итого за завтрак   |                                                    |                  | 507  | 24,36 | 17,63 | 84,37  | 759,6   |                 |        |        |
| Стоимость завтрака |                                                    |                  |      |       |       |        |         |                 | 72,59  |        |
|                    |                                                    |                  |      |       |       |        |         |                 |        |        |
|                    | Огурец свежий (порционно)                          | 60               | 60   | 0,13  | 0,48  | 0,9    | 8,33    | №71 Сб. 2017 г. |        |        |
|                    | Суп из овощей с горошком зелѐным конс. Со сметаной | 200/5            | 205  | 1,75  | 4,93  | 14,3   | 108,3   | №99 Сб. 2017г.  |        |        |

|                        |                                     |       |             |              |              |               |                |                 |
|------------------------|-------------------------------------|-------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|
| <b>ОБЕД</b>            | Тфтели из говядины 1-й вариант      | 90/60 | 150         | 13,8         | 20           | 20,5          | 316            | №278 Сб. 2017г. |
|                        | Каша рассыпчатая гречневая с маслом | 150/5 | 155         | 5,02         | 5,7          | 31,4          | 196,6          | №302 Сб. 2017г. |
|                        | Кисель из сока фруктового           | 200   | 200         | 0,68         | 0            | 35,26         | 143,8          | №350 сб. 2017г. |
|                        | Хлеб пшеничный                      | 60    | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |                 |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                | 60    | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |                 |
| <b>Итого за обед</b>   |                                     |       | <b>830</b>  | <b>26,12</b> | <b>31,71</b> | <b>131,34</b> | <b>1018,43</b> |                 |
| <b>Итого за день</b>   |                                     |       | <b>1337</b> | <b>50,48</b> | <b>49,34</b> | <b>215,71</b> | <b>1778,03</b> |                 |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                     |       |             |              |              |               |                | <b>101,00</b>   |

**Неделя 2 . День 10**

|                           |                                              |      |            |              |              |              |              |                 |
|---------------------------|----------------------------------------------|------|------------|--------------|--------------|--------------|--------------|-----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Икра кабачковая (промышленного производства) | 60   | 60         | 0,72         | 2,82         | 4,62         | 46,8         |                 |
|                           | Омлет с сыром 10/170                         | 180  | 180        | 21,51        | 35,31        | 3,06         | 417          | №211 сб. 2017г. |
|                           | Кофейный напиток с молоком                   | 200  | 200        | 3,8          | 3,21         | 19,5         | 121,3        | №379 Сб. 2017г. |
|                           | Хлеб пшеничный                               | 60   | 60         | 4,74         | 0,6          | 28,98        | 141          |                 |
|                           | Фрукты св. (по сезону)                       | 1 шт | 150        | 0,8          | 0            | 25,2         | 104          | №338 Сб.2017г.  |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                              |      | <b>650</b> | <b>31,57</b> | <b>41,94</b> | <b>81,36</b> | <b>830,1</b> |                 |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                              |      |            |              |              |              |              | <b>72,59</b>    |

|                        |                                                                   |       |             |              |              |               |                |                     |
|------------------------|-------------------------------------------------------------------|-------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|---------------------|
| <b>ОБЕД</b>            | Помидор свежий (порционно)                                        | 60    | 60          | 0,13         | 0,48         | 0,9           | 8,33           | №71 Сб. 2017 г.     |
|                        | Суп картофельный с бобовыми                                       | 200   | 200         | 6,88         | 5,33         | 26,1          | 179,8          | №102 Сб. 2017г.     |
|                        | Биточки рыбные(минтай)                                            | 90    | 90          | 14,8         | 18,8         | 5,2           | 274            | №234 Сб.2017г.      |
|                        | 1 вариант - Картофель отварной<br>2 вариант - Картофельное пюре * | 150/5 | 155         | 3,6          | 5,9          | 25,74         | 170,3          | №310№312 Сб. 2017г. |
|                        | Компот из смеси сухофруктов                                       | 200   | 200         | 0,08         | 0            | 21,82         | 87,6           | №349 Сб. 2017       |
|                        | Хлеб пшеничный                                                    | 60    | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |                     |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                                              | 60    | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |                     |
|                        |                                                                   |       | <b>765</b>  | <b>30,23</b> | <b>31,11</b> | <b>108,74</b> | <b>965,43</b>  |                     |
| <b>Итого за обед</b>   |                                                                   |       | <b>1415</b> | <b>61,8</b>  | <b>73,05</b> | <b>190,1</b>  | <b>1795,53</b> |                     |
| <b>Итого за день</b>   |                                                                   |       |             |              |              |               |                |                     |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                                                   |       |             |              |              |               |                | <b>101,00</b>       |

**Неделя 3 . День 11**

|                |                                                |        |     |      |      |      |      |                 |
|----------------|------------------------------------------------|--------|-----|------|------|------|------|-----------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> | Каша вязкая молочная из риса и пшена с сахаром | 200/5  | 205 | 6,1  | 3,8  | 44,9 | 238  | №173 Сб. 2017г. |
|                | Чай с сахаром                                  | 200/10 | 210 | 0,07 | 0,02 | 11,1 | 44,5 | №376 Сб. 2017г. |
|                | Печенье (1 шт в инд упаковке)                  | 1 шт   | 30  | 2,25 | 4,8  | 20,7 | 135  | ГОСТ            |

|                           |                |    |            |              |             |               |              |  |
|---------------------------|----------------|----|------------|--------------|-------------|---------------|--------------|--|
|                           | Хлеб пшеничный | 60 | 60         | 4,74         | 0,6         | 28,98         | 141          |  |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                |    | <b>505</b> | <b>13,16</b> | <b>9,22</b> | <b>105,68</b> | <b>558,5</b> |  |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                |    |            |              |             |               | <b>72,59</b> |  |

|                        |                                          |       |             |              |              |               |                |                 |
|------------------------|------------------------------------------|-------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----------------|
|                        | Огурец свежий (порционно)                | 60    | 60          | 0,13         | 0,48         | 0,9           | 8,33           | №71 Сб. 2017 г. |
|                        | Борщ с капустой и картофелем со сметаной | 200/5 | 205         | 1,73         | 4,88         | 14,7          | 109,5          | №82 Сб. 2017г.  |
|                        | Кнели из птицы                           | 90    | 90          | 16,8         | 22,8         | 12            | 284            | №301 Сб. 2017г. |
|                        | Макароны отварные с маслом               | 150/5 | 155         | 6,6          | 5,4          | 31,7          | 202,1          | №309 Сб.2017 г. |
|                        | Компот из свежих плодов (по сезону)      | 200   | 200         | 0,2          | 0            | 25,7          | 105            | №342 Сб. 2017г. |
|                        | Хлеб пшеничный                           | 60    | 60          | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141            |                 |
|                        | Хлеб ржано-пшеничный                     | 60    | 60          | 3,96         | 0,72         | 20,04         | 104,4          |                 |
| <b>Итого за обед</b>   |                                          |       | <b>770</b>  | <b>30,2</b>  | <b>34,16</b> | <b>113,98</b> | <b>954,33</b>  |                 |
| <b>Итого за день</b>   |                                          |       | <b>1275</b> | <b>43,36</b> | <b>43,38</b> | <b>219,66</b> | <b>1512,83</b> |                 |
| <b>Стоимость обеда</b> |                                          |       |             |              |              |               | <b>101,00</b>  |                 |

**Неделя 3 . День 12**

|                           |                                               |       |            |              |              |               |              |                 |
|---------------------------|-----------------------------------------------|-------|------------|--------------|--------------|---------------|--------------|-----------------|
|                           | Масло сливочное 72,5% (порциями)              | 10    | 10         | 0,08         | 7,25         | 0,13          | 66           | №14 сб. 2017г.  |
|                           | Сыр (порциями)                                | 15    | 15         | 6,96         | 8,85         | 0             | 108          | №15 сб. 2017г.  |
|                           | Каша вязк. молочная из хлопьев овс. с сахаром | 200/5 | 205        | 9,5          | 6,55         | 63,5          | 351          | №173 Сб. 2017г. |
| <b>ЗАВТРАК</b>            | Какао с молоком                               | 200   | 200        | 4,2          | 3,63         | 17,28         | 118,7        | №382 Сб. 2017г. |
|                           | Хлеб пшеничный                                | 60    | 60         | 4,74         | 0,6          | 28,98         | 141          |                 |
|                           | Фрукты св. (по сезону)                        | 1 шт  | 150        | 0,8          | 0            | 25,2          | 104          |                 |
| <b>Итого за завтрак</b>   |                                               |       | <b>640</b> | <b>26,28</b> | <b>26,88</b> | <b>135,09</b> | <b>888,7</b> |                 |
| <b>Стоимость завтрака</b> |                                               |       |            |              |              |               | <b>72,59</b> |                 |

|             |                              |        |     |      |      |       |        |                 |
|-------------|------------------------------|--------|-----|------|------|-------|--------|-----------------|
|             | Помидор свежий (порционно)   | 60     | 60  | 0,13 | 0,48 | 0,9   | 8,33   | №71 Сб. 2017 г. |
|             | Суп картофельный с клецками  | 200    | 200 | 2,53 | 2,73 | 21,68 | 121,25 | №108 Сб. 2017г. |
|             | Плов из птицы                | 90/150 | 240 | 29,8 | 38   | 48,2  | 654    | №291 Сб. 2017   |
| <b>ОБЕД</b> | Сок фруктовый в ассортименте | 200    | 200 | 1    | 0    | 20    | 80     | №389 сб. 2017г. |
|             | Хлеб пшеничный               | 60     | 60  | 4,74 | 0,6  | 28,98 | 141    |                 |
|             | Хлеб ржано-пшеничный         | 60     | 60  | 3,96 | 0,72 | 20,04 | 104,4  |                 |

|                 |  |      |       |       |        |         |        |
|-----------------|--|------|-------|-------|--------|---------|--------|
| Итого за обед   |  | 820  | 42,16 | 42,53 | 139,8  | 1108,98 |        |
| Итого за день   |  | 1460 | 68,44 | 69,41 | 274,89 | 1997,68 |        |
| Стоимость обеда |  |      |       |       |        |         | 101,00 |

Неделя 3. День 13

|                    |                                          |          |     |       |       |       |       |                 |
|--------------------|------------------------------------------|----------|-----|-------|-------|-------|-------|-----------------|
| ЗАВТРАК            | Запеканка из творога с молоком ступенным | 180/20   | 200 | 17,17 | 12,23 | 2,69  | 353,6 | №223 с6. 2017г. |
|                    | Сыр (порциями)                           | 15       | 15  | 6,96  | 8,85  | 0     | 108   | №15 с6. 2017г.  |
|                    | Чай с лимоном                            | 200/10/7 | 217 | 0,2   | 0     | 32    | 130   | №377 с6. 2017г. |
|                    | Шоколад                                  | 1 шт     | 30  | 2     | 0,4   | 18,1  | 105   | ГОСТ            |
|                    | Хлеб пшеничный                           | 60       | 60  | 4,74  | 0,6   | 28,98 | 141   |                 |
| Итого за завтрак   |                                          |          | 522 | 31,07 | 22,08 | 81,77 | 837,6 |                 |
| Стоимость завтрака |                                          |          |     |       |       |       | 72,59 |                 |

|                 |                                 |       |      |       |       |        |         |                    |
|-----------------|---------------------------------|-------|------|-------|-------|--------|---------|--------------------|
| ОБЕД            | Огурец свежий (порционно)       | 60    | 60   | 0,13  | 0,48  | 0,9    | 8,33    | №71 с6. 2017 г.    |
|                 | Суп рисовый с томатом           | 200   | 200  | 2,53  | 2,73  | 21,7   | 121,3   | №116 с6. 2017г.    |
|                 | Котлеты рубленые из птицы       | 90    | 90   | 16,2  | 24,2  | 15,6   | 346     | №295 с6. 2017 г.   |
|                 | 1 вариант - Картофель отварной  | 150/5 | 155  | 3,6   | 5,9   | 25,74  | 170,3   | №310№312с6. 2017г. |
|                 | 2 вариант - Картофельное пюре * |       |      |       | 0     | 21,82  | 87,6    | №349 с6. 2017      |
|                 | Компот из смеси сухофруктов     | 200   | 200  | 0,08  | 0     | 28,98  | 141     |                    |
|                 | Хлеб пшеничный                  | 60    | 60   | 4,74  | 0,6   | 20,04  | 104,4   |                    |
|                 | Хлеб ржано-пшеничный            | 60    | 60   | 3,96  | 0,72  | 134,78 | 978,93  |                    |
|                 | Итого за обед                   |       | 825  | 31,24 | 34,63 | 216,55 | 1816,53 |                    |
|                 | Итого за день                   |       | 1347 | 62,31 | 56,71 |        |         | 101,00             |
| Стоимость обеда |                                 |       |      |       |       |        |         |                    |

Неделя 3. День 14

|                  |                                      |      |     |       |      |       |       |                 |
|------------------|--------------------------------------|------|-----|-------|------|-------|-------|-----------------|
| ЗАВТРАК          | Масло сливочное 72,5% (порциями)     | 10   | 10  | 0,08  | 7,25 | 0,13  | 66    | №14 с6. 2017г.  |
|                  | Сыр (порциями)                       | 15   | 15  | 6,96  | 8,85 | 0     | 108   | №15 с6. 2017г.  |
|                  | Суп молочный с макаронными изделиями | 200  | 200 | 3,18  | 3,89 | 21,44 | 434   | №120 с6. 2017   |
|                  | Кофейный напиток с молоком           | 200  | 200 | 3,8   | 3,21 | 19,5  | 121,3 | №379 с6. 2017г. |
|                  | Хлеб пшеничный                       | 60   | 60  | 4,74  | 0,6  | 28,98 | 141   |                 |
| Итого за завтрак | Фрукты св. (по сезону)               | 1 шт | 150 | 0,8   | 0    | 25,2  | 104   | №338 с6. 2017г. |
|                  |                                      |      | 635 | 19,56 | 23,8 | 95,25 | 974,3 |                 |



|                            |  |         |       |       |        |         |  |
|----------------------------|--|---------|-------|-------|--------|---------|--|
| Среднее значение за период |  | 1285,87 | 52,33 | 54,89 | 207,01 | 1655,94 |  |
|----------------------------|--|---------|-------|-------|--------|---------|--|

\* - 1 вариант - Картофель отварной Применяется при отсутствии на пищеблоке противочной машины  
2 вариан - Картофельное пюре Применяется при наличии на пищеблоке противочной машины