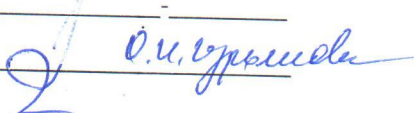


«Согласовано»:

Директор
МБОУ «СОШ № 4»



« 30 мая 2024 г.
М.П.



«Утверждаю»:

Общество с ограниченной ответственностью
«Форсаж Хоспиталити Групп»

Генеральный директор


_____ Е.Г.Сергунчик

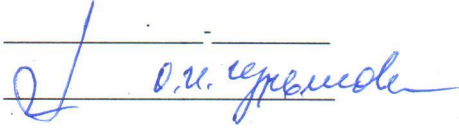


2024 г.

**ПРИМЕРНОЕ 18-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 7-11 ЛЕТ,
ПОСЕЩАЮЩИХ ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**

«Согласовано»:

Директор
МБОУ СОШ № 1





«Утверждаю»:

Общество с ограниченной ответственностью
«Форсаж Хоспиталити Групп»

Генеральный директор

Е.Г.Сергунчик



**ПРИМЕРНОЕ 18-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 12-18 ЛЕТ,
ПОСЕЩАЮЩИХ ЛЕТНИЙ ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЛАГЕРЬ**

г. Алексин

МЕНЮ

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	1 ДЕНЬ		б	ж	у	Кк	С,мг	б	ж	у	Кк	С,мг	у	Кк	С,мг		
			7-11 лет	11-18 лет															
			Выход блюда	Выход блюда															
№221	ЗАВТРАК	Каша вязкая на молоке (Дружба)	250	250	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3	8	45,7	286	0,65					
№439			200	200	0,2	0	15	58	0	0	0	0	15	58	0				
№261			40/10	40/20	18,5	13	14,5	148	0,14	0,14	27,75	21,75	19,5	222	0,21				
№481			30	40	2	1	0,33	48,75	44	22,02	3,00	1,50	0,50	73,13	0,00				
№458			1 шт	1 шт	0,4	0,4	23,9	83,83	584,75	22,81	39,65	31,65	90,495	683,125	22,88				
№70	ОБЕД	Овощи свежие (огурцы)	80	100	0,48	0,12	1,56	28,4	2,94	0,72	0,18	2,34	42,6	4,41					
№101		Щи из свежей капусты на б/м с мелкошинкованными овощами	250	250	2,8	2,4	7	175	19,55	3,5	3	8,75	218,75	24,44					
№311(3)		Котлета мясные рубленые школьные Картофель отварной	100	100	15	13	12	323	0	15	13	12	323	0					
№360(3)			150	180	6,15	5,55	24	167	20,62	9,84	8,88	38,40	267,20	32,99					
№412(1)			200	200	0,6	0,2	29,6	110	0,73	0,6	0,2	29,6	110	0,73					
№481			40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	0					
№481			20	30	1	0,7	4,6	97,5	0	1,5	1,05	6,9	146,25	0					
№439	ПОЛДНИК	Итого по приёму пищи	28,83	22,48	85,26	990,90	43,84	27,08	35,36	107,74	1 242,80	62,57							
№503-505		Кисломолочный продукт (кефир)	200	200	5,6	6,4	8,2	117	0,21	5,6	6,4	8,2	117	0,21					
		Кондитерское изделие (пириск)	40	40	1,5	1,9	34,8	90	0,21	1,5	1,9	34,8	90	0,21					
		Итого по приёму пищи	7,1	8,3	43	207	0,21	8,3	7,1	8,3	43	207	0,21						
		Итого за 1 день	65,33	54,68	212,09	1 782,65	66,86	82,11	67,03	241,24	2 132,93	85,66							
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	2 ДЕНЬ		б	ж	у	Кк	С,мг	б	ж	у	Кк	С,мг	у	Кк	С,мг		
			Выход блюда	Выход блюда															
№221с.398	ЗАВТРАК	Каша геркулесовая на молоке	250	250	6,3	6	45,7	286	0,65	8,50	7,90	76,32	477,62	1,09					
№434			200	200	4	4	31,7	156	0,54	4	4	4	31,7	156	0,54				
№261			40	40	18,5	14,5	45	62,8	0,27	18,5	14,5	45	62,8	0,27					
№481			30	40	2	0,35	0,33	48,75	3,00	3,00	0,53	0,50	73,13	0,00					
№458			1 шт	1 шт	0,4	0,3	10,3	46	22,02	0,4	0,4	0,3	10,3	46	22,02				
№70	ОБЕД	Итого по приёму пищи	31,20	25,15	133,03	599,55	23,48	34,40	27,23	163,81	815,55	23,92							
№104(2)		Салат из ранней капусты с зеленью Рассольник ленинградский	80	100	0,48	0,12	1,56	18	2,94	0,77	0,19	2,50	28,80	4,70					
№347	250		250	5,6	5	10,2	194	9,39	9,52	8,5	17,34	329,8	15,96						
№359(3)	100		100	11,5	9	9	192,5	0,012	19,55	18,70	15,308	345,00	0,02						
№407	150		180	7	8	24	200	0	9	13,6	40,8	340	0						
№481	200		200	0,14	0,06	31,7	69,44	40	0,14	0,14	0,06	31,7	69,44	40					
№481	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	0							
		Итого по приёму пищи	31,62	25,39	87,56	861,44	52,342	49,328	42,867	124,286	1394,29	60,6874							
	ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	200	1	0	27,4	112	2,8	1	0	27,4	112	2,8					
		Булочка школьная	80	80	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	0,16					
		Итого по приёму пищи	5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39					
		Итого за 2 день	68,08	52,93	282,79	1712,99	78,78	88,99	72,48	350,30	2461,84	87,56							

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	3 день										4 день									
			Выход блюда	Выход блюда	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг			
№267(2)	ЗАВТРАК	Запеканка из творога соус сметанный	200/20	200/20	17	12,2	15,5	244	1,34	17	12,2	15,5	244	1,34	17	12,2	15,5	244	1,34			
№7		Бутерброд с сыром	40/10	40/20	18,5	14,5	13	148	0,14	27,75	21,75	19,5	222	0,21	27,75	21,75	19,5	222	0,21			
№433		Кофейный напиток на молоке	200	200	2,8	3,2	14,8	120	0,72	2,8	3,2	14,8	120	0,72	2,8	3,2	14,8	120	0,72			
№481		Хлеб пшеничный	30	40	2	0,35	0,33	48,75		3,00	0,53	0,50	73,13	0,00	3,00	0,53	0,50	73,13	0,00			
№458		Яблоко	1 шт	1 шт	1,5	0,5	21	95	10	1,5	0,5	21	95	10	1,5	0,5	21	95	10			
		Итого по приёму пищи			41,80	30,75	64,63	655,75	12,20	52,05	38,18	71,30	754,13	12,27	52,05	38,18	71,30	754,13	12,27			
	ОБЕД																					
№71		Салат из свежих помидоров с луком и маслом растит.	80	100	0,66	0,12	2,35	14,4	2,9	1,10	0,20	3,92	24,05	4,84	1,10	0,20	3,92	24,05	4,84			
№82		Борщ со сметаной	250	250	1,6	3,4	8,6	72	14,8	2,67	5,68	14,36	120,24	24,72	2,67	5,68	14,36	120,24	24,72			
№276		Рыба(филе) с гарниром,запеченная под соусом молочным с картофелем	250	280	14,9	13,5	37,9	358,5	1,6	16,2	14,5	56,85	537,75	2,4	16,2	14,5	56,85	537,75	2,4			
№481		Напиток лимонный	200	200	0,2	0,2	29,6	74	22	0,2	0,2	29,6	74	22	0,2	0,2	29,6	74	22			
№481		Хлеб ржаной	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	0	4,2	0,765	9,75	135	0			
№481		Хлеб пшеничный	20	30	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0			
		Итого по приёму пищи			24,26	18,43	89,55	706,4	41,3	30,5242	22,3934	121,3865	1037,288	53,959	30,5242	22,3934	121,3865	1037,288	53,959			
	ПОЛДНИК																					
№398		Напиток из свежих фруктов (яблоко)	200	200	0,14	0,06	21,78	69,44	40	0,14	0,06	21,78	69,44	40	0,14	0,06	21,78	69,44	40			
№503-505		Кондитерское изделие (печенье)	40	40	1,5	2,9	34,8	140	0,16	1,5	2,9	34,8	140	0,16	1,5	2,9	34,8	140	0,16			
		Итого по приёму пищи			1,64	2,96	56,58	209,44	40,16	1,64	2,96	56,58	209,44	40,16	1,64	2,96	56,58	209,44	40,16			
		Итого за 3 день			67,70	52,14	210,76	1571,59	93,66	84,21	63,53	249,26	2000,85	106,39	84,21	63,53	249,26	2000,85	106,39			
	4 день																					
	Выход блюда																					
№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Выход блюда	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг			
	ЗАВТРАК																					
№133(3)		Омлет натуральный	200	200	12,4	18,6	1,8	227	0,33	16,12	24,18	2,34	295,1	0,42	16,12	24,18	2,34	295,1	0,42			
№434		Чай с сахаром	200	200	0,2	0	15	58	0	0,2	0	15	58	0	0,2	0	15	58	0			
№4а		Бутерброд с маслом сливочным	40/10	40/10	1,6	17,12	10,52	202,52	0	1,6	17,12	10,52	202,52	0	1,6	17,12	10,52	202,52	0			
№481		Хлеб пшеничный	30	40	2	0,35	0,33	48,75		3,00	0,53	0,50	73,13	0,00	3,00	0,53	0,50	73,13	0,00			
№458		Фрукт свежий (яблоко)	1 шт	1 шт	0,4	0,4	9,8	44	22	0,4	0,4	9,8	44	22	0,4	0,4	9,8	44	22			
		Итого по приёму пищи			16,60	36,47	37,45	580,27	22,33	21,32	42,23	38,16	672,75	22,42	21,32	42,23	38,16	672,75	22,42			
	ОБЕД																					
№70		Винегрет	80	100	0,48	0,12	1,56	78	2,94	0,77	0,19	2,58	124,80	4,70	0,77	0,19	2,58	124,80	4,70			
№114(2)		Суп картофельный с крупой	250	250	2,2	1,8	19,5	192	12,87	3,3	2,7	29,25	288	19,305	3,3	2,7	29,25	288	19,305			
№344(1)		Птица, тушенная в соусе с овощами(лук, морковь,картофель)	250	250	16,2	10,57	19,35	252	12,24	17,82	11,63	21,29	277,20	18,36	17,82	11,63	21,29	277,20	18,36			
№407		Компот из свежих фруктов(яблоко)	200	200	0,72	0	25,25	85,34	40	0,72	0	25,25	85,34	40	0,72	0	25,25	85,34	40			
№481		Хлеб ржаной	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	0	4,2	0,765	9,75	135	0			
№481		Хлеб пшеничный	20	30	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0			
		Итого по приёму пищи			26,5	13,7	76,76	794,84	68,05	32,958	16,334	94,931	1056,59	82,369	32,958	16,334	94,931	1056,59	82,369			
	ПОЛДНИК																					
		Кисломолочный продукт (Кефир)	200	200	5,6	6,4	8,2	117	0,21	5,6	6,4	8,2	117	0,21	5,6	6,4	8,2	117	0,21			
		Булочка сырная	80	80	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	0,16			
		Итого по приёму пищи			9,86	8,79	43	257	0,37	9,86	8,79	43	257	0,37	9,86	8,79	43	257	0,37			
		Итого за 4 день			52,96	58,96	157,21	1632,11	90,75	64,14	67,35	176,09	1986,34	105,16	64,14	67,35	176,09	1986,34	105,16			

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	7 день					Выход блюда	Выход блюда	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг		
			Выход блюда	Выход блюда	б	ж	у														
№267(2) №439 №481 №261 №458	ЗАВТРАК	Запеканка из творога (соус сметанный)	200/20	200/20	17	12,2	15,5	244	1,34	17	12,2	15,5	244	1,34	17	12,2	15,5	244	1,34		
			200	200	0,2	0	15	58	0	0,2	0	15	58	0	0,2	0	15	58	0		
			30	40	2	0,35	0,33	48,75	0	3	0,525	0,495	14	62,8	0,27	15,2	14,6	14	62,8	0,27	
			40	40	15,2	14,6	14	62,8	0,27	15,2	14,6	14	62,8	0,27	15,2	14,6	14	62,8	0,27	15,2	14,6
			1 шт	1 шт	0,4	0,4	9,8	44	22	44	22	0,4	0,4	9,8	44	22	0,4	0,4	9,8	44	22
		Итого по приёму пищи	34,80	27,55	54,63	457,55	23,61	35,80	27,73	54,80	481,93	23,61	35,80	27,73	54,80	481,93	23,61	35,80	27,73		
№70 №82 №289 №362(3) №407 №481 №481	ОБЕД	Салат из помидоров с луком и маслом растительным	80	100	0,48	0,12	1,56	8,4	2,94	0,72	0,18	2,34	12,6	4,41	0,72	0,18	2,34	12,6	4,41		
			250	250	1,6	3,4	8,6	172	14,8	2,4	5,1	12,9	268	22,2	2,4	5,1	12,9	268	22,2		
			100	100	18,3	14,5	11,6	325	0	22,3	21,75	17,4	487,5	0	22,3	21,75	17,4	487,5	0		
			150	180	6,15	5,55	24	167	20,62	167	20,62	7,50	8,88	38,40	267,20	7,50	8,88	38,40	267,20	7,50	8,88
			200	200,0	0	0	42,2	162	1,4	162	1,4	0	42,2	162	1,4	0	42,2	162	1,4	0	42,2
		Итого по приёму пищи	30	30	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0	6,15	1,05	6,9	146,25	0		
		Итого за 7 день	33,43	24,78	99,06	1021,9	39,76	43,27	37,725	129,89	1478,55	61,002	43,27	37,725	129,89	1478,55	61,002	43,27	37,725		
№398 №503-505	ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт (ряженка)	200	200	6,6	5	10,8	104	0,2	6,6	5	10,8	104	0,2	6,6	5	10,8	104	0,2		
			40	40	1,5	1,9	34,8	140		1,5	1,9	34,8	140		1,5	1,9	34,8	140			
			8,1	6,9	45,6	244	0,2	8,1	6,9	45,6	244	0,2	8,1	6,9	45,6	244	0,2	8,1	6,9	45,6	
			76,33	59,23	199,29	1723,45	63,57	76,33	59,23	199,29	1723,45	63,57	76,33	59,23	199,29	1723,45	63,57	76,33	59,23	199,29	
			Итого за 7 день	16,30	29,77	88,55	739,27	61,19	16,30	29,77	88,55	739,27	61,19	16,30	29,77	88,55	739,27	61,19	16,30	29,77	
№221 №434 с.107 №481 №458	ЗАВТРАК	Каша вязкая на молоке(пшено)	250	250	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3	8	45,7	286	0,65		
			200	200	4	4	21,7	156	0,54	4	4	21,7	156	0,54	4	4	21,7	156	0,54		
			40/10	40/10	1,6	17,12	10,52	202,52	0	1,6	17,12	10,52	202,52	0	1,6	17,12	10,52	202,52	0		
			30	40	2	0,35	0,33	48,75	0	3,00	0,53	0,50	73,13	0,00	3,00	0,53	0,50	73,13	0,00		
			1 шт	1 шт	0,4	0,3	10,3	46	60	46	0,4	0,3	10,3	46	60	46	0,4	0,3	10,3	46	60
		Итого по приёму пищи	16,30	29,77	88,55	739,27	61,19	17,30	29,95	88,72	763,65	61,19	17,30	29,95	88,72	763,65	61,19				
№70 №115(1) №283(2) №360(3) №407 №481 №481	ОБЕД	Винегрет	80	100	0,48	0,6	11,5	8,4	2,94	0,82	1,02	19,55	14,28	5,00	0,82	1,02	19,55	14,28	5,00		
			250	250	4,8	3,4	17,2	128	28,14	8,16	5,78	29,24	217,60	47,84	8,16	5,78	29,24	217,60	47,84		
			100	100	11,5	11	9	192,5	0,012	19,55	0,012	18,70	15,30	0,02	19,55	0,012	18,70	15,30	0,02		
			150	180	6,15	5,55	24	167	20,62	167	20,62	9,84	8,88	38,40	267,20	9,84	8,88	38,40	267,20	9,84	8,88
			200	200	0,72	0	25,25	85,34	40	0,72	0,00	25,25	85,34	40,00	0,72	0,00	25,25	85,34	40,00		
		Итого по приёму пищи	30,55	21,76	98,05	768,74	91,71	50,82	36,44	146,61	1230,42	125,85	50,82	36,44	146,61	1230,42	125,85				
№70 №115(1) №283(2) №360(3) №407 №481	ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200	200	1	0	27,4	112	2,8	1	0	27,4	112	2,8	1	0	27,4	112	2,8		
			80	80	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	0,16		
			5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39	62,2	
			Итого за 8 день	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	
			Итого за 8 день	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	52,11	53,92	
		Итого за 8 день	52,11	53,92	248,80	1760,01	155,86	73,38	68,77	297,53	2246,07	190,00	73,38	68,77	297,53	2246,07	190,00				

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	11 день			11-18 лет			Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	у	ж	б	С, мг	Кк	С, мг
			7-11 лет	Выход	блюда	Выход	блюда	Выход												
	ЗАВТРАК																			
№221		Каша вязкая на молоке (Дружба)		250	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3	8	45,7	286	45,7	8	8,3	0,65	286	0,65	0,65
№439		Чай с сахаром и лимоном		200	0,2	0	15	58	0	0,2	0	15	58	15	0	0,2	0	58	0	0
№261		Бутерброд с сыром	40/10	40/20	18,5	14,5	13	148	0,14	27,75	21,75	19,5	222	19,5	21,75	222	0,14	222	0,21	0,21
№481		Хлеб пшеничный	30	40	2	1	0,33	48,75		3,00	1,50	0,50	73,13	0,50	1,50	73,13		73,13	0,00	0,00
№458		Фрукт свежий (яблоко)	1 шт	1 шт	0,4	0,4	9,8	44	22,02	0,4	0,4	9,8	44	9,8	0,4	0,4	22,02	44	22,02	22,02
		Итого по приёму пищи			29,4	23,9	83,83	584,75	22,81	39,65	31,65	90,495	683,125	90,495	31,65	31,65	22,81	683,125	22,88	22,88
	ОБЕД																			
№70		Овощи свежие (огурцы)	80	100	0,48	0,12	1,56	28,4	2,94	0,72	0,18	2,34	42,6	2,34	0,18	0,72	2,94	42,6	4,41	4,41
№101		Щи из свежей капусты на б/м с мелкошинкованными овощами	250	250	2,8	2,4	7	175	19,55	3,5	3	8,75	218,75	8,75	3	3,5	19,55	218,75	24,44	24,44
№311(3)		Котлета мясные рубленные школьные	100	100	15	13	12	323	0	15	13	12	323	12	13	12	0	323	0	0
№360(3)		Картофель отварной	150	180	6,15	5,55	24	167	20,62	9,84	8,88	38,40	267,20	38,40	8,88	9,84	20,62	267,20	32,99	32,99
№412(1)		Компот из сухофруктов	200	200	0,6	0,2	29,6	110	0,73	0,6	0,2	29,6	110	29,6	0,2	0,6	0,73	110	0,73	0,73
№481		Хлеб ржаной	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	9,75	0,765	135	0	135	0	0
№481		Хлеб пшеничный	20	30	1	0,7	4,6	97,5	0	1,5	1,05	6,9	146,25	6,9	1,05	146,25	0	146,25	0	0
		Итого по приёму пищи			28,83	22,48	85,26	990,90	43,84	35,36	27,08	107,74	1 242,80	107,74	27,08	35,36	43,84	1 242,80	62,57	62,57
	ПОЛДНИК																			
№439		Кисломолочный продукт (кефир)	200	200	5,6	6,4	8,2	117	0,21	5,6	6,4	8,2	117	8,2	6,4	5,6	0,21	117	0,21	0,21
№503-505		Кондитерское изделие (пираник)	40	40	1,5	1,9	34,8	90		1,5	1,9	34,8	90	34,8	1,9	1,5		90	0	0
		Итого по приёму пищи			7,1	8,3	43	207	0,21	7,1	8,3	43	207	43	8,3	7,1	0,21	207	0,21	0,21
		Итого за 1 День			65,33	54,68	212,09	1 782,65	66,86	82,11	67,03	241,24	2 132,93	241,24	67,03	82,11	66,86	2 132,93	85,66	85,66
	Прием пищи																			
	ЗАВТРАК																			
№221С.398		Каша геркулесовая на молоке	250	250	6,3	6	45,7	286	0,65	8,50	7,90	76,32	477,62	76,32	7,90	8,50	0,65	477,62	1,09	1,09
№434		Какао с молоком	200	200	4	4	31,7	156	0,54	4	4	31,7	156	31,7	4	4	0,54	156	0,54	0,54
№261		Йогурт вареное	40	40	18,5	14,5	45	62,8	0,27	18,5	14,5	45	62,8	45	14,5	18,5	0,27	62,8	0,27	0,27
№481		Хлеб пшеничный	30	40	2	0,35	0,33	48,75		3,00	0,53	0,50	73,13	0,50	0,53	73,13		73,13	0,00	0,00
№458		Фрукт свежий (банан)	1 шт	1 шт	0,4	0,3	10,3	46	22,02	0,4	0,3	10,3	46	10,3	0,3	0,4	22,02	46	22,02	22,02
		Итого по приёму пищи			31,20	25,15	133,03	599,55	23,48	34,40	27,23	163,81	815,55	163,81	27,23	34,40	23,48	815,55	23,92	23,92
	ОБЕД																			
№70		Салат из ранней капусты с зеленью	80	100	0,48	0,12	1,56	18	2,94	0,77	0,19	2,50	28,80	2,50	0,19	0,77	2,94	28,80	4,70	4,70
№104(2)		Рассолник ленинградский	250	250	5,6	5	10,2	194	9,39	9,52	8,5	17,34	329,8	17,34	8,5	9,52	9,39	329,8	15,96	15,96
№347		Котлеты рубленные из птицы	100	100	11,5	11	9	192,5	0,012	19,55	18,70	15,30	345,00	15,30	18,70	19,55	0,012	345,00	0,02	0,02
№359(3)		Макаронные отварные	150	180	7	8	24	200	0	9	13,6	40,8	340	40,8	13,6	9	0	340	0	0
№407		Кисель фруктово-ягодный	200	200	0,14	0,06	31,7	69,44	40	0,14	0,06	31,7	69,44	31,7	0,06	0,14	40	69,44	40	40
№481		Хлеб ржаной	40	60	2,8	0,51	6,5	90	0	4,2	0,765	9,75	135	9,75	0,765	135	0	135	0	0
№481		Хлеб пшеничный	20	30	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,15	1,05	6,9	146,25	6,9	1,05	6,15	0	146,25	0	0
		Итого по приёму пищи			31,62	25,39	87,56	861,44	52,342	49,328	42,867	124,286	1394,29	124,286	42,867	49,328	52,342	1394,29	60,6874	60,6874
	ПОЛДНИК																			
		Сок фруктовый	200	200	1	0	27,4	112	2,8	1	0	27,4	112	27,4	0	1	2,8	112	2,8	2,8
		Булочка школьная	80	80	4,26	2,39	34,8	140	0,16	4,26	2,39	34,8	140	34,8	2,39	4,26	0,16	140	0,16	0,16
		Итого по приёму пищи			5,26	2,39	62,2	252	2,96	5,26	2,39	62,2	252	62,2	2,39	5,26	2,96	252	2,96	2,96
		Итого за 12 день			68,08	52,93	282,79	1712,99	78,78	88,99	72,48	350,30	2461,84	350,30	72,48	88,99	78,78	2461,84	87,56	87,56

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	15 День					Выход блюда	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг
			Выход блюда	б	ж	у	Кк													
№221 №432 №261 №481 №458	ЗАВТРАК	Каша вязкая на молоке (речневая) Какао с молоком Бутерброд с сыром Хлеб пшеничный Фрукт свежий (банан) Итого по приёму пищи	250	8,3	8	45,7	286	0,65	8,3		8									
			200	1,6	5,2	31,7	156	1,33	1,6		5,2									
			40/10	18,5	14,5	13	148	0,14	27,75	21,75	19,5	22,1								
			30	2	0,35	0,33	48,75	46	22	41,05	35,78	107,70								
			1 шт	0,4	0,3	10,3	684,75	24,12	41,05	35,78	107,70	783,13								
№70 №295(3) №303 №360(3) №407 №481 №481	ОБЕД	Салат овощной (картофель, морковь, отварной, огурец консервированный, зелен консервы) Щи из свежей капусты Печень, тушенная в соусе Картофель отварной Компот из сухофруктов Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого по приёму пищи	80	0,52	0,14	2,12	54	2,96	0,96		0,25									
250			2,8	2,4	7	175	19,55	3,5		3										
75/25			18,5	24,5	12,3	256	37,56	18,5		24,5										
200			6,15	5,55	24	167	20,62	9,84		8,88										
40			1,35	0,3	29,6	105,34	40	1,35		0,3										
№398 №503-505	ПОЛДНИК	Сок фруктовый Кондитерское изделие (вафли) Итого по приёму пищи	20	4,1	0,7	4,6	97,5	0	6,56		1,12									
200			36,22	34,1	86,12	944,84	120,69	45,19	38,866	110,33										
№221с.398 №433 №7 №481 №458	ЗАВТРАК	Макаронные изделия (вафли) Итого по приёму пищи Итого за 15 день	200	1	0	27,4	112	2,8	1		0									
40			1,5	1,9	34,8	140		2,8		1,5		1,9								
2,5			62,2	252	2,8			2,5		1,9										
69,52			64,35	249,35	1881,59	147,61	88,74	76,54	280,23	252	2,8									
16 ДЕНЬ			Выход блюда	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг	б	ж	у	Кк	С, мг		
№221с.398 №433 №7 №481 №458	ЗАВТРАК	Макаронные изделия (вафли) Итого по приёму пищи Итого за 16 день	180	4,3	6	45,7	286	0,65	6,45		9									
			200	2,8	9	31,7	120	0,72	2,8		9									
			40/10	1,6	17,12	10,52	202,52	0	1,6		17,12									
			30	2	0,35	0,33	48,75	0	2,6		0,455									
			1 шт	1,5	0,5	21	95	10	1,5		0,5									
№70 №116(2) №274 №359 №407 №481 №481	ОБЕД	Салат из ранней капусты с огурцом и зеленью Суп картофельный макаронными изделиями Рыба тушенная в томате с овощами Рис отварной Компот из свежих фруктов (яблоко) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Итого по приёму пищи	80	0,48	0,12	1,56	48,4	2,94	0,77		0,19									
250			2,4	5,6	16,6	189	16,8	3,84		8,96										
75/50			11,5	11	9	192,5	0,012	11,5		11										
200			3,6	9,15	28,2	160,5	0	4,80		10,98										
40			0,72	0	25,25	85,34	40	0,72		0										
№70 №116(2) №274 №359 №407 №481 №481	ПОЛДНИК	Сок фруктовый булочка кефирная Итого по приёму пищи Соль йодированная Итого за 16 день	200	25,6	27,08	91,71	863,24	59,752	32,668		33,068									
80			1	0	27,4	112	2,8	1		0										
80			0,72	2,39	34,8	140	0,16	4,26		2,39										
3,75			1,72	2,39	62,2	252	2,96	5,26		2,39										
39,52			62,44	263,16	1867,51	74,08	52,88	71,53	309,31	2312,18	86,25									

