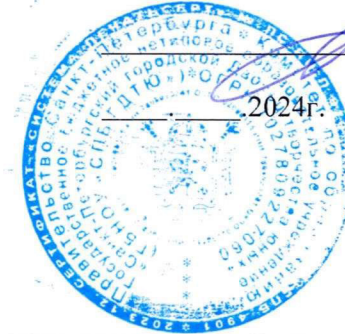


Приложение № 1 к приказу ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»
от 28.03.2024 № 925-ОД

УТВЕРЖДАЮ

**Генеральный директор
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»**


М.Р. Катунова



ПРИМЕРНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

**для Загородного центра детско-юношеского творчества
«Зеркальный» (ДОЛ - возрастная группа 11-17 лет)
Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения
«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»**

(на период зимней оздоровительной кампании - учебные дни)

СОГЛАСОВАНО

**Директор
ЗЦ ДЮТ «Зеркальный»**


А.В. Николаев

_____.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр,	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник рецептов	
			Белки	Жиры	Углеводы		год	№ рецептуры
Неделя 1								
День 1								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Сыр плавленый (порциями)	19	2,53	3,56	1,41	48,00	т/к	32
	Каша жидкая манная	200	6,00	8,30	27,60	209,00	2004	311
	Варенье	10	0,00	0,00	6,10	24,00	т/к	5
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Фрукт - мандарин	100	0,80	0,20	27,54	38,00	т/к	66	
Итого за завтрак 1		784	17,18	20,26	133,8	711,00		
Завтрак 2:	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Изделия хлебобулочные "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
Итого за завтрак 2		250	10,35	16,65	17,75	330,00		
Обед:	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	100	3,20	16,20	12,10	208,00	2008	т/к 49
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,32	135,00	2015	87
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,20	0,20	15,80	74,00	2004	551/1
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	15	3,15	2,04	0,00	32,00	т/к	15
	Птица, тушенная в соусе (индейка)	80/40	13,80	12,70	3,32	182,00	1996	444
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1005	40,28	44,06	172,82	1266,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	5
	Рыба отварная	90	16,38	0,54	0,00	70,00	2004	396
	Соус польский	30	0,78	7,02	0,96	70,00	2004	606
	Картофельное пюре с морковью	230	4,69	9,02	29,44	217,00	2004	181
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Корж молочный	60	3,52	16,72	16,64	223,00	2004	806
Итого за ужин		805	36,67	37,76	101,02	885,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за первый день:		3044	110,08	123,73	443,39	3332,00		

День 2									
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3	
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340	
	Помидор свежий	50	0,55	0,10	1,90	11,00	т/к	30	
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
	Батон нарезной обогащенный	30	2,30	0,90	15,40	79,00	т/к	4	
Итого за завтрак 1		690	23,60	36,80	72,25	725,00			
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные слойка "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33	
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697	
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21	
Итого за завтрак 2		450	12,33	12,07	93,69	416,00			
Обед:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27	
	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	250	1,62	4,87	6,74	77,00	2015	77	
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	15	3,15	2,04	0,00	32,00	т/к	15	
	Сердце в соусе	80/40	9,60	3,00	3,84	107,00	1996	406	
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,00	225,00	2004	332	
	Компот из плодов консервированных	200	0,40	0,00	41,40	161,40	т/к	25	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		940	26,11	16,28	119,22	751,40		
	Ужин:	Рагу из птицы (индейка)	200/100	24,00	23,31	28,97	445,00	2004	489
Чай с лимоном		200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24	
Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами		80	0,16	8,24	0,42	134,00	2004	10	
Булочка "Веснушка"		60	4,32	3,60	32,64	182,00	2004	773	
Хлеб ржаной пшеничный обогащенный		60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
Итого за ужин		707	32,68	35,91	105,01	956,00			
Ужин 2:	Кефир для детского питания 3,2% в инд. упаковке	210	5,60	6,40	8,20	112,80	т/к	22	
Итого за ужин 2		210	5,60	6,40	8,20	113,00			
Итого за второй день:		2997	100,32	107,46	398,37	2961,40			

День 3								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с джемом	40	1,20	4,30	22,00	132,00	2004	2
	Каша жидкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	200	6,58	9,68	24,38	210,00	2004	311
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Творожок «Тема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за завтрак 1		595	25,43	28,98	93,93	739,00		
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусникой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - виноград	120	0,72	0,20	42,48	86,00	т/к	74
Итого за завтрак 2		380	6,1	4,18	92,94	383,8		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/50	6,07	3,28	16,97	122,00	2015	90
	Суфле куриное	100	15,60	15,74	3,06	216,00	2015	327
	Рагу из овощей (с соусом томатным)	180	3,88	13,90	14,54	201,00	2004	224
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1150	31,69	34,07	110,76	896,00		
Ужин:	Кукуруза консервированная	100	2,90	2,40	12,00	89,00	т/к	42
	Котлеты, биточки, шницели рубленые	100	15,55	11,55	15,70	229,00	2015	299
	Картофель отварной	230	7,42	8,14	35,03	232,00	2004	203
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Песочное кольцо	60	4,50	6,67	26,00	248,00	1996	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		800	38,37	30,87	158,01	1125,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за третий день:		3125	107,59	100,10	464,04	3223,80		

День 4								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	210	24,55	16,32	44,58	423,00	2004	362
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт —груша	200	0,30	0,60	50,60	94,00	т/к	64
Итого за завтрак 1		705	32,60	27,62	153,83	888,00		
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Круассан с клубникой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
Итого за завтрак 2		250	10,35	16,65	17,75	330,00		
Обед:	Салат «Свеколка»	100	8,00	10,10	15,20	184,00	2008	т/к 50
	Суп из овощей с курой и сметаной	250/10/10	5,51	4,44	10,52	107,00	2011	99
	Биточки рыбные запеченные	120	11,13	6,13	9,47	201,00	2012	255
	Рис отварной	180	4,44	7,56	39,36	244,00	2004	511/3
	Соус молочный(для подачи к блюдам)	50	1,00	3,10	3,30	45,00	2004	595
	Компот из плодов и ягод сушеных (изюма)	200	1,00	0,10	34,20	142,00	т/к	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		990	35,22	32,13	140,39	1060,00		
Ужин:	Сельдь с луком	100	14,20	14,20	3,20	198,00	2004	89
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Жаркое по-домашнему (из говядины)	300	22,00	32,20	26,80	324,00	2004	436
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Пряники заварные глазированные	40	1,60	1,20	31,20	140,00	т/к	57
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Итого за ужин		797	51,00	54,31	130,98	1054,00	
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за четвертый день:		2942	134,77	135,71	460,95	3472,00		

День 5								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Сыр плавленый (порциями)	19	2,53	3,56	1,41	47,81	т/к	32
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,20	8,80	35,73	253,00	2004	311
	Сухофрукты (курага)	30	1,02	0,12	18,69	63,00	т/к	т/к
	Какао с молоком сгущенным	200	2,90	2,50	24,80	134,00	1996	643
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - яблоко	120	0,36	0,24	16,80	62,00	т/к	68
Итого за завтрак 1		624	17,96	20,72	123,98	731,81		
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Улитка с изюмом"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за завтрак 2		280	4,68	6,12	67,69	227,00		
Обед:	Салат "Полоньинский"	100	1,10	10,10	3,70	110,00	2004	24
	Борщ с капустой и картофелем, с говядиной и сметаной	250/15/5	6,36	8,17	12,67	182,00	2012	82
	Сердце в соусе	80/40	9,60	3,00	3,84	107,00	1996	406
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,00	225,00	2004	332
	Компот из плодов и ягод сушеных (чернослива)	200	0,60	0,20	29,30	124,00	2004	638
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Мороженое сливочное в инд. упаковке	70	3,00	13,50	7,10	103,00	т/к	55
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1060	35,20	42,59	148,45	1122,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	5
	Тефтели рыбные паровые	120	14,04	1,14	11,74	114	2015	276
	Картофельное пюре с морковью	230	4,69	9,02	29,44	217,00	2004	181
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Булочка "Творожная"	60	7,08	13,36	28,08	173,00	2004	786
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		855	41,01	29,33	149,74	943,00		
Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00		
Итого за пятый день:		3019	104,85	98,96	497,86	3085,81		

День 6								
Завтрак 1:	Сыр (порциями)	15	3,00	3,75	0,00	47,00	2004	97
	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Горошек зеленый консервированный	50	1,50	0,13	3,15	19,00	т/к	75
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	40	3,00	18,00	14,20	159,00	т/к	50
Итого за завтрак 1		562	32,80	52,78	76,65	840,00		
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусникой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2008	434
	Фрукт - яблоко	180	0,54	0,00	15,48	80,00	т/к	76
Итого за завтрак 2		440	11,02	9,08	56,24	404,8		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,00	2015	83
	Фрикадельки из кур	25	5,70	3,20	0,20	52,00	2008	т/к 70
	Голубцы ленивые	250	25,25	27,75	15,50	420,00	2008	т/к 306
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		945	39,13	36,73	91,93	878,00	
Ужин:	Кукуруза консервированная	100	2,90	2,40	12,00	89,00	т/к	42
	Картофель в молоке	230	5,15	6,81	29,07	197,00	2004	519/3
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	100	18,16	11,95	16,82	247	2015	322
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Фрукт - мандарин	100	0,80	0,20	27,54	38,00	т/к	66
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		847	35,11	23,47	154,91	900,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за шестой день:		2994	124,06	124,06	388,13	3102,80		

День 7								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Запеканка из творога	170	30,15	15,41	27,43	376,00	2004	366
	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,00	т/к	26
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Сухофрукты (курага)	15	0,51	0,06	9,34	31,00	т/к	48
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
Итого за завтрак 1		690	44,89	30,57	140,71	1042,00		
Завтрак 2:	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
	Изделия хлебобулочные "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за завтрак 2		375	9,23	13,95	44,78	419,75		
Обед:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной и курой	250/5/10	5,46	4,39	8,97	101,00	2011	88
	Печень по-строгановски	80/40	20,10	14,40	8,85	245,00	2004	431
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3
	Компот из плодов консервированных	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		935	35,10	25,09	134,70	903,40		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Рулет из говядины с яйцом или омлетом (паровой)	100	14,33	12,17	5,67	192,00	2004	460
	Пюре картофельное	125	2,58	4,50	16,92	118,00	2004	520/3
	Свекла, тушенная в сметанном соусе	105	2,03	2,17	11,41	74,00	2004	220
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Фрукт - киви	100	0,40	0,40	9,80	47,00	т/к	70
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
Итого за ужин		840	28,44	21,55	116,88	780,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за седьмой день:		3040	123,26	96,16	455,07	3285,15		

День 8									
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3	
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,70	4,90	21,70	155,00	2004	160	
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11	
	Батон нарезной обогащенный	25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	38	
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2	
Итого за завтрак 1		645	14,08	17,23	76,33	535,75			
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33	
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2008	434	
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21	
Итого за завтрак 2		450	12,33	12,07	93,69	416			
Обед:	Салат витаминный (2-й вариант)	100	1,50	15,10	8,50	176,00	1996	27/2	
	Суп любительский	250	5,90	2,60	25,30	149,00	2008	т/к 93	
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	10	2,10	1,36	0,00	21,00	т/к	18	
	Котлеты, биточки, шницели рубленные	100	15,55	11,55	15,70	229,00	2015	299	
	Овощи тушеные	180	4,08	6,84	16,80	149,00	2004	526	
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642	
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		1110	34,37	38,45	139,64	1064,00		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27	
	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами	80	0,16	8,24	0,42	134,00	2004	10	
	Шницель рыбный натуральный	120	18,12	5,88	12,32	174,00	2015	274	
	Картофельное пюре с морковью	230	4,69	9,02	29,44	217,00	2004	181	
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Батон нарезной обогащенный	25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	38	
	Итого за ужин		822	29,82	24,68	100,31	799,00		
	Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
		Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00	
Итого за восьмой день:		3227	96,60	92,63	417,97	2876,75			

День 9								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	200	5,83	7,90	33,11	226,00	2008	т/к 190
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	т/к	23
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Творожок «Гема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
Итого за завтрак 1		595	21,18	22,80	102,66	709,00		
Завтрак 2:	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Зефир	35	0,20	0,00	16,00	129,00	т/к	53
	Фрукт - груша	150	0,46	0,00	20,22	57,00	т/к	65
Итого за завтрак 2		385	1,66	0,20	56,02	272,00		
Обед:	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	10,10	3,60	106,00	2004	22
	Рассольник «Ленинградский» с говядиной и сметаной	250/20/5	6,87	5,62	5,00	195,00	2012	76
	Кнели из кур (паровые)	100	20,00	16,25	6,25	253,00	2004	505
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,00	225,00	2004	332
	Компот из плодов и ягод сешеных (изюма)	200	1,00	0,10	34,20	142,00	2004	638
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1025	44,11	42,19	144,09	1229,00	
Ужин:	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Говядина, тушенная с капустой	350	31,17	23,51	14,22	598,00	2004	440
	Чай с лимоном	200/7	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		710	44,99	30,42	88,68	1012,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за девятый день:		2915	117,94	97,61	399,85	3302,00		

День 10								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	4,20	8,40	26,00	199,00	2004	311
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	40	3,00	18,00	14,20	159,00	т/к	50
Итого за завтрак 1		535	19,55	41,10	86,55	735,00		
Завтрак 2:	Печенье сахарное	50	2,40	2,90	30,90	154,00	т/к	77
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за завтрак 2		430	6,32	3,75	76,94	379,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Борщ с капустой и картофелем, с говядиной и сметаной	250/15/5	6,36	8,17	12,67	182,00	2012	82
	Бифштекс рубленый	100	9,43	10,57	0,19	355,00	2004	448
	Картофель и овощи, тушенные в соусе	180	4,56	12,46	26,45	235,00	2004	217
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Мороженое сливочное в инд. упаковке	70	3,00	13,50	17,10	103,00	т/к	55
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1040	32,39	47,00	139,30	1280,00		
Ужин:	Сельдь порционно	80	22,72	22,72	5,12	117,00	2008	60
	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе трески)	80/40	8,74	3,84	3,30	82,00	2004	396
	Пюре картофельное	230	4,75	8,28	31,13	216,00	2004	520/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		747	44,31	36,95	109,03	744,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за десятый день:		2952	108,17	133,80	429,82	3278,00		
ДНИ			Б,г	Ж,г	У,г	Э.Ц.		
Всего за 1 день:			110,08	123,73	443,39	3332		
Всего за 2 день:			100,32	107,46	398,37	2961,4		
Всего за 3 день:			107,59	100,1	464,04	3223,8		
Всего за 4 день:			134,77	135,71	460,95	3472		
Всего за 5 день:			104,85	98,96	497,86	3085,81		
Всего за 6 день:			124,06	124,06	388,16	3102,8		
Всего за 7 день:			123,26	96,16	455,07	3285,15		
Всего за 8 день:			96,6	92,63	417,97	2876,75		
Всего за 9 день:			117,94	97,61	399,85	3302		
Всего за 10 день:			108,17	133,8	429,82	3278		
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ			1127,64	1110,22	4355,48	31919,71		
В среднем за 1 день			112,76	111,02	435,55	3191,97		

Неделя 2									
День 11									
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3	
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340	
	Кукуруза консервированная	75	2,18	1,80	9,00	67,00	т/к	43	
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	т/к	23	
	Фрукт - мандарин	100	0,80	0,20	27,54	38,00	т/к	66	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
Итого за завтрак 1		635	26,63	38,95	98,19	788,00			
Завтрак 2:	Вафли сливочные	50	2,25	14,50	31,50	265,00	т/к	78	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
	Фрукт - киви	120	1,10	0,50	15,00	61,00	т/к	69	
Итого за завтрак 2		370	4,35	15,20	66,30	412,00			
Обед:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27	
	Суп картофельный с бобовыми	250	5,49	5,27	16,32	135,00	2015	87	
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,20	0,20	15,80	74,00	2004	551/1	
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	10	2,10	1,36	0,00	21,00	т/к	18	
	Птица отварная	100	21,80	12,20	0,80	200,00	2004	487	
	Рис отварной	180	4,44	7,56	39,36	244,00	2004	511/3	
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587	
	Кисель из сиропа	200	0,20	0,10	29,60	119,00	2004	646	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		1040	41,67	29,99	135,32	979,00		
	Ужин:	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами	80	0,16	8,24	0,42	134,00	1997	10
		Тефтели рыбные паровые	120	14,04	1,14	11,74	114	2015	276
Картофельное пюре с морковью		230	4,69	9,02	29,44	217,00	2004	181	
Чай с сахаром		185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11	
Батон нарезной обогащенный		25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	38	
Хлеб ржаной пшеничный обогащенный		60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
Итого за ужин		715	24,94	19,84	97,63	725,00			
Ужин 2:	Кефир для детского питания 3,2% в инд. упаковке	210	5,60	6,40	8,20	112,80	т/к	22	
Итого за ужин 2		210	5,60	6,40	8,20	112,80			
Итого за одиннадцатый день:		2970	103,19	110,38	405,64	3016,80			

День 12									
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3	
	Каша жидкая манная	200	6,00	8,30	27,60	209,00	2004	311	
	Джем	25	0,18	0,05	16,30	63,00	т/к	41	
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	т/к	6	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21	
Итого за завтрак 1		690	17,88	21,10	140,65	832,00			
Завтрак 2:	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2	
	Изделия хлебобулочные слойка "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34	
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20	
Итого за завтрак 2		375	14,23	20,15	34,38	453,75			
Обед:	Салат из редьки с овощами (огурцами)	100	1,60	10,10	5,90	121,00	2004	34	
	Щи по-уральски (с крупой) и сметаной	250	1,92	4,82	7,35	81,00	2015	78	
	Мясные изделия для 1 блюда (говядина)	15	3,78	2,52	0,00	38,00	т/к	44	
	Сердце в соусе	80/40	9,60	3,00	3,84	107,00	1996	406	
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,00	225,00	2004	332	
	Компот из плодов консервированных	200	0,40	0,00	41,40	161,40	т/к	25	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		935	27,94	26,71	123,83	870,40		
	Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
Картофель отварной		125	2,30	4,30	18,60	123,00	2004	203	
Свекла, тушенная в сметанном соусе		105	2,03	2,17	11,41	74,00	2004	220	
Котлеты, биточки, шницели рубленые		100	15,55	11,55	15,7	229	2015	299	
Чай с лимоном		200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24	
Кольцо песочное		60	4,50	6,67	26,00	248,00	1996	8	
Мороженое сливочное в инд. упаковке		70	3,00	13,50	7,10	103,00	т/к	55	
Хлеб ржаной пшеничный обогащенный		60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
Батон нарезной обогащенный		50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
Итого за ужин		877	36,58	40,50	152,09	1128,00			
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698	
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00			
Итого за двенадцатый день:		3077	102,63	110,46	459,35	3364,15			

День 13									
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с джемом	40	1,20	4,30	22,00	132,00	2004	2	
	Каша жидкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	200	6,58	9,68	24,38	210,00	2004	311	
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697	
	Сухофрукты (изюм)	35	1,75	0,12	19,53	84,00	т/к	47	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Фрукт - мандарин	100	0,80	0,20	27,54	38,00	т/к	66	
Итого за завтрак 1		630	20,38	25,10	130,10	749,00			
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные слойка "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
Итого за завтрак 2		280	4,68	6,12	67,69	227,00			
Обед:	Кукуруза консервированная	100	2,90	2,40	12,00	89,00	т/к	42	
	Суп картофельный	250	2,34	2,83	16,64	101,00	2015	83	
	Фрикадельки мясные	25	5,80	2,60	0,20	46,00	2004	112	
	Печень по-строгановски	80/40	20,10	14,40	8,85	245,00	2004	431	
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3	
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Фрукт - яблоко	120	0,36	0,24	16,80	62,00	т/к	68	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		1065	40,04	28,77	153,27	1044,00		
	Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
Бифштекс рубленый		100	9,43	10,57	0,19	355,00	2004	448	
Пюре картофельное		230	4,75	8,28	31,13	216,00	2004	520/3	
Чай с сахаром		185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685	
Хлеб ржаной пшеничный обогащенный		60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке		200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
Батон нарезной обогащенный		50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
Итого за ужин		940	23,88	21,26	122,30	996,00			
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1	
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00			
Итого за тринадцатый день:		3115	94,58	86,25	491,36	3156,00			

День 14								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Пудинг из творога с молоком сгущеным	210	24,55	16,32	44,58	423,00	2004	362
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	т/к	6
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - груша	100	0,27	0,20	6,87	31,00	т/к	84
Итого за завтрак 1		645	38,97	33,02	112,80	915,00		
Завтрак 2:	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за завтрак 2		325	4,88	3,70	36,43	210,00		
Обед:	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,70	19,50	7,00	224,00	2008	т/к 49
	Суп из овощей с курой со сметаной	250/10/5	5,51	4,44	10,52	107,00	2011	99
	Голубцы ленивые	250	25,25	27,75	15,50	420,00	2008	т/к 306
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600
	Компот из плодов и ягод сушеных (изюма)	200	1,00	0,10	34,20	142,00	т/к	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		985	45,20	55,84	125,26	1198,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Рыба припущенная (филе судака)	120	16,84	0,72	0	91	2004	371
	Соус томатный	50	0,6	2,5	3,2	37	2004	587
	Картофельное пюре с морковью	230	4,69	9,02	29,44	217,00	2004	181
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Корж молочный	60	3,52	16,72	16,64	223,00	2004	806
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		877	34,85	31,27	122,56	919,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за четырнадцатый день:		3032	129,90	125,83	405,45	3322,00		

День 15								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Сыр плавленый (порциями)	20	4,02	5,07	0,00	63,00	т/к	т/к
	Каша вязкая (пшенная) с тыквой	200	7,20	8,27	38,40	256,00	2004	303
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	т/к	23
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
Итого за завтрак 1		655	19,59	20,79	113,59	737,00		
Завтрак 2:	Творожок «Тема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
	Изделия хлебобулочные "Круассан с клубникой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
Итого за завтрак 2		350	17,95	20,85	28,65	442,00		
Обед:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Борщ с капустой и картофелем с говядиной и сметаной	250/20/10	6,36	8,17	12,67	182,00	2012	82
	Биточки рыбные запеченные	120	11,13	6,13	9,47	201,00	2012	255
	Рис отварной	170	4,17	7,14	37,15	230,00	2004	511/3
	Соус томатный	50	0,6	2,5	3,2	37	2004	587
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		990	27,60	24,94	119,83	926,00		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Азу (из говядины)	300	26,70	30,00	26,55	387,00	2004	438
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Ватрушка с творожным фаршем	60	3,20	1,20	37,12	171,00	2004	741/764
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		810	43,60	38,01	135,15	960,00		
Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00		
Итого за пятнадцатый день:		3005	114,74	104,79	405,22	3127,00		

День 16								
Завтрак 1:	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Сыр (порциями)	15	3,00	3,75	0,00	47,00	2004	97
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Помидоры свежие	50	0,55	0,10	1,90	11,00	т/к	30
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	т/к	6
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за завтрак 1		522	31,55	37,15	71,00	747,00		
Завтрак 2:	Фрукт - яблоко	120	0,36	0,24	16,80	62,00	т/к	68
	Сухари сдобные	50	1,60	1,20	31,20	140,00	т/к	57
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
Итого за завтрак 2		370	7,96	7,84	57,40	322,00		
Обед:	Винегрет овощной	100	0,83	6,08	4,04	75,00	2004	71
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	250/50	6,07	3,28	16,97	122,00	2015	90
	Рагу из птицы (индейка)	100/200	24,00	23,31	28,97	445,00	2004	489
	Компот из консервированных фруктов	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1020	39,34	34,72	146,22	1074,40	
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Бифштекс рубленый	100	9,43	10,57	0,19	355,00	2004	448
	Картофель в молоке	230	5,15	6,81	29,07	197,00	2004	519/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Булочка российская	60	1,00	4,80	36,50	194,00	2004	775
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		807	24,38	24,39	137,14	1087,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за шестнадцатый день:		2919	109,23	106,10	420,16	3310,40		

День 17								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Запеканка из творога	170	30,15	15,41	27,43	376,00	2004	366
	Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,00	т/к	26
	Сухофрукты (изюм)	15	0,75	0,05	8,37	36,00	т/к	73
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Батон нарезной обогащенный	75	5,85	2,03	39,75	201,00	т/к	79
Итого за завтрак 1		542	41,56	28,19	117,15	903,00		
Завтрак 2:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусникой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Фрукт - виноград	100	0,60	0,17	35,40	72,00	т/к	63
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за завтрак 2		360	5,98	4,15	85,86	369,80		
Обед:	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	100	3,20	16,20	12,10	208,00	2008	т/к 49
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и курой	250/5/10	5,46	4,39	8,97	101,00	2011	88
	Плов из птицы	100/180	29,68	10,31	47,59	401,00	2015	321
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	т/к
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1165	47,48	33,25	168,50	1184,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	5
	Рыба, тушенная в томате с овощами (филе трески)	80/40	8,74	3,84	3,30	82,00	2004	396
	Пюре картофельное	230	4,75	8,28	31,13	216,00	2004	520/3
	Чай с сахаром	185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
Итого за ужин		745	24,79	16,58	88,41	603,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за семнадцатый день:		3012	125,41	87,17	477,92	3199,80		

День 18								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с джемом	40	1,20	4,30	22,00	132,00	2004	2
	Макараны с сыром	200/15	10,18	22,79	38,84	403,00	2004	333
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	т/к	23
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт —груша	200	0,30	0,60	50,60	94,00	т/к	64
Итого за завтрак 1		710	17,13	34,49	160,39	908,00		
Завтрак 2:	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
	Сушки ванильные	50	5,00	3,00	35,50	190,00	т/к	37
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
Итого за завтрак 2		375	14,98	11,80	62,23	426,75		
Обед:	Салат витаминный (2-й вариант)	100	1,50	15,10	8,50	176,00	1996	27/2
	Рассольник «Ленинградский» с говядиной и сметаной	250/20/5	6,87	5,62	5,00	195,00	2012	76
	Кнели из кур (паровые)	100	20,00	16,25	6,25	253,00	2004	505
	Овощи тушеные	180	4,08	6,84	16,80	149,00	2004	526
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		925	37,59	44,71	84,69	996,00		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Тефтели мясные в соусе сметанном с томатом	70/40	6,61	10,45	8,53	187,00	УСП	38
	Капуста цветная отварная с маслом	100/5	1,78	3,63	3,72	56,00	2004	207
	Картофель отварной	125	2,30	4,30	18,60	122,80	2004	203
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		957	20,49	20,79	122,03	792,80		
Ужин 2:	Кефир для детского питания 3,2% в инд. упаковке	210	5,60	6,40	8,20	112,80	т/к	22
Итого за ужин 2		210	5,60	6,40	8,20	112,80		
Итого за восемнадцатый день:		3177	95,79	118,19	437,54	3236,35		

День 19									
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3	
	Пудинг из творога с молоком сгущеным	210	24,55	16,32	44,58	423,00	2004	362	
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21	
Итого за завтрак 1		675	39,45	31,87	126,63	962,00			
Завтрак 2:	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2	
	Изделия хлебобулочные "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
Итого за завтрак 2		375	9,23	13,95	44,78	420,00			
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29	
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,69	2,84	17,14	105,00	2015	88	
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	10	2,10	1,36	0,00	21,00	т/к	18	
	Голубцы ленивые	250	25,25	27,75	15,50	420,00	2008	т/к 306	
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600	
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		930	35,88	34,90	92,23	851,00		
	Ужин:	Сельдь с луком	100	14,20	14,20	3,20	198,00	2004	89
Шницель рыбный натуральный		120	18,12	5,88	12,32	174,00	2015	274	
Картофель тушеный		230	8,97	17,94	32,89	329,00	2004	216	
Чай с сахаром		185/15	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11	
Батон нарезной обогащенный		25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	3	
Хлеб ржаной пшеничный обогащенный		60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71	
Итого за ужин		735	47,34	39,46	104,44	961,00			
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698	
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00			
Итого за девятнадцатый день:		2915	137,90	122,18	376,48	3274,00			

День 20								
Завтрак 1:	Масло сливочное	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша жидкая (кукурузная)	200	6,58	9,68	24,38	210,00	2004	311
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	т/к	6
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
Итого за завтрак 1		675	18,65	22,23	111,67	747,00		
Завтрак 2:	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	50	5,30	5,65	18,00	144,00	т/к	50
	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусникой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
Итого за завтрак 2		310	15,68	15,83	58,06	475,80		
Обед:	Салат "Полоньский"	100	1,10	10,10	3,70	110,00	2004	24
	Борщ с капустой и картофелем с говядиной и сметаной	250/15/5	6,36	8,17	12,67	182,00	2012	82
	Суфле куриное	100	15,60	15,74	3,06	216,00	2015	327
	Макаронные изделия отварные	180	6,50	5,57	37,00	225,00	2004	332
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587
	Компот из плодов и ягод сушеных (изюма)	200	1,00	0,10	34,20	142,00	т/к	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		970	35,30	42,88	122,17	1049,00		
Ужин:	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами	120	17,40	6,00	29,40	240,00	2004	10
	Сердце в соусе	80/40	9,60	3,00	3,84	107,00	1996	406
	Пюре картофельное	230	4,75	8,28	31,13	216,00	2004	520/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	60	3,90	0,66	27,78	133,00	т/к	71
Итого за ужин		737	35,95	18,04	107,35	758,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за двадцатый день:		2892	111,18	103,98	417,25	3169,80		

ДНИ		Б,г	Ж,г	У,г	Э.Ц.		
<i>Всего за 11 день:</i>		103,19	110,38	405,64	3016,8		
<i>Всего за 12 день:</i>		102,63	110,46	459,35	3364,15		
<i>Всего за 13 день:</i>		94,58	86,25	491,36	3156		
<i>Всего за 14 день:</i>		129,90	125,83	405,45	3322		
<i>Всего за 15 день:</i>		114,74	104,79	405,22	3127		
<i>Всего за 16 день:</i>		109,23	106,10	420,16	3310,4		
<i>Всего за 17 день:</i>		125,41	87,17	477,92	3199,8		
<i>Всего за 18 день:</i>		95,79	118,19	437,54	3236,35		
<i>Всего за 19 день:</i>		137,90	122,18	376,48	3274		
<i>Всего за 20 день:</i>		111,18	103,98	417,25	3169,8		
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ		1124,55	1075,33	4296,37	32176,30		
В среднем за 1 день		112,46	107,53	429,64	3217,63		

Используемые сборники:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, 2008 год
2. Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, 2012 год.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2011 год.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2012 год.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2015 год.
6. Реестр технологических карт на блюда и кулинарные изделия Управления социального питания
7. Реестр технологических карт на блюда и кулинарные изделия ЗЦ ДЮТ «Зеркальный»


Заместитель директора ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" по питанию

 **Е.Г. Чепель**

Бухгалтер БС ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"

 **М.Ю. Сугак**

Врач-педиатор ЗЦ ДЮТ "Зеркальный"

 **В.А. Прудкий**

Накопительная ведомость расхода продуктов (Диетология)

Организация
Период
Группа питающихся
Шкала норм

Получатель

Коды
ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"
11.01.25 - 20.01.25
Лагерь старшие учебные дни
Лагерь_ст

№	Наименование группы продуктов	Расход по дням										Итого	Среднее за день	Стандартная норма	Отклонение	
		11.01.25	12.01.25	13.01.25	14.01.25	15.01.25	16.01.25	17.01.25	18.01.25	19.01.25	20.01.25				абс.	%
1	Хлеб ржаной	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	1200.0	120.0	120.0	0	
2	Хлеб пшеничный	251.5	202.5	195.0	180.4	172.0	230.0	231.8	184.3	170.4	195.0	2012.9	201.3	200.0	1.3	+1%
3	Мука пшеничная	3.0	39.5	4.3	44.5	39.4	38.0		10.0	4.0	9.5	192.3	19.2	20.0	-0.8	-4%
4	Крупы, бобовые	84.8	35.7	113.4	28.1	104.5		75.0	4.1	28.1	40.0	513.8	51.4	50.0	1.4	+3%
5	Макаронные изделия		61.2						63.1	10.0	61.2	195.5	19.5	20.0	-0.5	-3%
6	Картофель	212.1	125.0	309.1	205.9	162.5	444.7	226.6	213.6	270.5	214.1	2384.2	238.4	233.8	4.6	+2%
7	Овощи, зелень	276.9	396.7	253.3	485.8	451.5	323.6	319.7	461.5	441.9	214.0	3624.9	362.5	352.0	10.5	+3%
8	Фрукты свежие	220.0	177.0	250.0	107.0	180.0	127.0	137.0	211.0	170.0	187.0	1766.0	176.6	185.0	-8.4	-5%
9	Сухофрукты		6.2	35.0	38.0	20.0		33.0		38.0	20.0	190.2	19.0	20.0	-1	-5%
10	Соки плодовоовощные	200.0	133.0	400.0	200.0		133.0	400.0	400.0	200.0		2066.0	206.6	200.0	6.6	+3%
11	Мясо 1-й категории		97.7	167.1	101.2	111.0	138.6	32.0	78.7	101.2	24.0	851.6	85.2	89.7	-4.5	-5%
12	Субпродукты (печень, с		132.8	117.0								132.8	38.3	40.0	-1.7	-4%
13	Птица (цыплята-бройле	158.3			13.7		138.0	149.9	165.0	14.3	63.7	702.9	70.3	70.0	0.3	
14	Рыба (филе)	121.0			146.4	90.0	57.0	102.1		152.0	65.0	733.5	73.4	77.0	-3.6	-5%
15	Молоко	148.6	620.1	351.6	290.6	330.0	429.0	66.3	427.5	364.0	456.4	3484.1	348.4	350.0	-1.6	
16	Кисломолочная продук	210.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	210.0	200.0	200.0	2020.0	202.0	192.6	9.4	+5%
17	Творог				136.8	121.6		158.7		136.8	50.0	603.9	60.4	60.0	0.4	+1%
18	Сыр	15.0	15.0		30.0	20.0	15.0	15.0	15.0	15.0	15.0	155.0	15.5	15.0	0.5	+3%
19	Сметана		10.5	14.4	21.0	10.0		11.8	14.0	17.5	5.0	104.1	10.4	10.0	0.4	+4%
20	Масло сливочное	41.4	33.5	31.8	46.1	35.6	34.6	24.0	42.7	33.0	35.1	357.9	35.8	35.0	0.8	+2%
21	Масло растительное	5.0	28.0	16.0	22.2	7.8	22.5	21.3	18.5	31.4	16.3	189.0	18.9	18.0	0.9	+5%
22	Яйцо	120.0	5.4	2.0	50.5	42.4	126.0	4.5	11.3	12.6	16.2	391.0	39.1	40.0	-0.9	-2%
23	Сахар	23.5	42.0	29.9	47.8	46.3	39.0	46.0	26.0	33.0	38.9	372.4	37.2	37.0	0.2	+1%
24	Кондитерские изделия	90.0	25.0	20.0					20.0			155.0	15.5	15.0	0.5	+3%
25	Чай	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	3.0	2.0	2.0	2.0	21.0	2.1	2.0	0.1	+5%
26	Какао-порошок		3.0		3.0		3.0				3.0	12.0	1.2	1.2	0	
27	Кофейный напиток	7.0				7.0			7.0			21.0	2.1	2.0	0.1	+5%
28	Дрожжи хлебопекарные					1.5	1.0					2.5	0.3	0.3	0	
29	Крахмал	10.0		8.0		8.0		8.0		8.0		42.0	4.2	4.0	0.2	+5%
30	Соль пищевая йодиров	4.4	6.4	6.4	6.3	3.7	4.5	3.2	6.8	4.7	1.8	48.3	4.8	5.0	-0.2	-4%
31	Специи	1.9	2.2	1.9	1.9	1.9	1.7	2.0	1.7	1.9	2.6	19.9	2.0	2.0	0	

Составил _____ Администратор

Накопительная ведомость расхода продуктов (Диетология)

Организация
Период
Группа питающихся
Шкала норм

Получатель

Коды	
ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"	
01.01.25 - 10.01.25	
Лагерь старшие учебные дни	
Лагерь_ст	

№	Наименование группы продуктов	Расход по дням										Итого	Среднее за день	Стандартная норма	Отклонение	
		01.01.25	02.01.25	03.01.25	04.01.25	05.01.25	06.01.25	07.01.25	08.01.25	09.01.25	10.01.25				абс.	%
1	Хлеб ржаной	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	120.0	125.0	120.0	1205.0	120.5	120.0	0.5	
2	Хлеб пшеничный	197.0	175.0	202.5	202.4	264.5	218.7	195.1	237.5	190.0	175.0	2057.8	205.8	200.0	5.8	+3%
3	Мука пшеничная	38.2	49.7	37.4	2.7	40.9	4.5	6.0	3.6	4.0	2.7	189.7	19.0	20.0	-1	-5%
4	Крупы, бобовые	133.5		30.6	79.2	40.0	13.7	94.1	25.0	24.1	44.0	484.3	48.4	50.0	-1.6	-3%
5	Макаронные изделия		61.2			61.2			20.0	61.2		203.6	20.4	20.0	0.4	+2%
6	Картофель	212.1	141.0	387.6	215.1	179.6	319.5	137.1	250.3	63.4	379.8	2285.6	228.6	233.8	-5.2	-2%
7	Овощи, зелень	270.0	304.3	329.7	201.8	365.4	466.0	390.0	379.7	417.1	245.4	3369.5	337.0	352.0	-15	-4%
8	Фрукты свежие	130.0	177.0	120.0	207.0	120.0	317.0	280.0	211.0	150.0	187.0	1899.0	189.9	185.0	4.9	+3%
9	Сухофрукты	18.0	2.1	26.2	51.0	55.0		15.0		20.0	20.0	207.3	20.7	20.0	0.7	+4%
10	Соки плодовоовощные	200.0	333.0	400.0		200.0		333.0	200.0	200.0	200.0	2066.0	206.6	200.0	6.6	+3%
11	Мясо 1-й категории	32.0		73.7	135.4	56.0	101.2	61.7	73.7	212.6	162.6	909.1	90.9	89.7	1.2	+1%
12	Субпродукты (печень, с		132.8			132.8		117.0				382.6	38.3	40.0	-1.7	-4%
13	Птица (цыплята-бройлер	140.6	159.4	63.7	13.7		102.2	13.7	14.3	165.0		672.7	67.3	70.0	-2.7	-4%
14	Рыба (филе)	109.8	40.0	47.0	140.0	81.0	10.0		142.0		178.1	747.9	74.8	77.0	-2.2	-3%
15	Молоко	436.9	295.0	347.8	335.0	273.2	340.2	301.8	609.8	230.0	414.3	3584.1	358.4	350.0	8.4	+2%
16	Кисломолочная продук	200.0	199.5	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	1999.5	200.0	192.6	7.4	+4%
17	Творог			100.0	136.8	15.6	40.0	158.7		100.0	40.0	591.1	59.1	60.0	-0.9	-2%
18	Сыр	18.7	15.0		15.0	18.7	15.0	15.0	15.0	15.0	15.0	142.5	14.2	15.0	-0.8	-5%
19	Сметана		5.0	14.1	14.5	5.0	13.0	31.7		5.0	14.0	102.3	10.2	10.0	0.2	+2%
20	Масло сливочное	48.1	35.5	53.7	33.5	30.2	28.3	19.6	23.4	36.7	28.8	337.9	33.8	35.0	-1.2	-3%
21	Масло растительное	15.0	13.9	23.0	31.2	16.9	12.5	12.6	25.7	21.3	16.8	188.9	18.9	18.0	0.9	+5%
22	Яйцо	7.2	121.3	24.1	48.1	6.6	122.0	24.5	4.5	51.3		409.7	41.0	40.0	1	+3%
23	Сахар	49.0	34.2	34.0	41.0	40.4	37.0	41.3	40.4	37.0	36.1	390.4	39.0	37.0	2	+5%
24	Кондитерские изделия	10.0		20.0	40.0					35.0	50.0	155.0	15.5	15.0	0.5	+3%
25	Чай	2.0	2.0	2.0	2.0	2.0	2.5	2.0	2.5	1.0	2.0	20.0	2.0	2.0	0	
26	Какао-порошок	4.0				4.0		4.0				12.0	1.2	1.2	0	
27	Кофейный напиток		7.0		7.0					7.0		21.0	2.1	2.0	0.1	+5%
28	Дрожжи хлебопекарные		1.3			1.6						2.9	0.3	0.3	0	
29	Крахмал	8.0		8.0			8.0		8.0		8.0	40.0	4.0	4.0	0	
30	Соль пищевая йодиров	4.2	4.4	4.3	5.9	7.0	6.4	5.8	5.2	2.7	5.8	51.8	5.2	5.0	0.2	+4%
31	Специи	2.1	1.9	2.4	1.9	1.8	1.9	1.7	1.9	2.2	2.0	19.8	2.0	2.0	0	

Составил _____ Администратор

Меню ЗЦДЮТ/1/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	Кал					
Завтрак лагерь ст								
2.53	3.56	1.41	48	.019	Сыр плавленный	13-28	32	т/к
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6	8.3	27.6	209	.200	Каша жидкая манная	19-48	311	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-94	693	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0	0	6.1	24	0.010	Варенье	3-81	5	т/к
0.8	0.2	27.54	38	.100	Фрукт-мандарин**	19-50	66	т/к
17	20	134	711	0.784		111-85		
Завтрак лагерь ст								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3.2%	43-95	20	т/к
4.35	10.25	8.35	110	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34 03	т/к
10	17	18	330	0.25		69-62		
Обед лагерь ст								
3.2	16.2	12.1	208	.100	Салат из свеклы с черн.орех., чесно.*	17-93	49	2008
5.49	5.27	16.32	135	.250	Суп картофельный с бобовыми	6-48	87	2015
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508 3	2004
13.8	12.7	3.32	182	.080/040	Птица, тушеная в соусе/индейка/	66-70	444	1996
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из яблок	6-32	642	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
2.2	0.2	15.8	74	0.020	Гренки из пшеничного хлеба	4-03	551 1	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.15	2.04	0	32	.015	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	6-79	15	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
40	44	173	266	1.005		137-27		
Ужин лагерь ст								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	32-87	5	2004
4.69	9.02	29.44	117	.230	Картофельное пюре с морковью	25-66	181	2004
16.38	0.54	0	70	.090	Рыба(филе) отварная	93-41	396	2004
3.52	16.72	16.64	23	.060	Корж молочный	12=	806	2004
0.2	0.1	15	30	.185/015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.78	7.02	0.96	70	.030	Соус польский	9-32	606	2004
37	38	101	385	0.805		195-43		
Ужин 2 лагерь ст								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46		т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
110	124	443	332	3.044		566-63		

ВСЕГО

Медсестра *Красильникова Т.И.*
Зав. производством *Тервинская Е.А.*
Инженер *Селевская Е.Г.* Селевская М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/2/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.55	0.1	1.9	11	.050	Помидор свежий	6-44	30	т/к
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
2.3	0.9	15.4	79	.030	Батон, обогащен. микронутриентами	3-18	4	т/к
24	37	72	725	0.69		119-35		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей, маком, изюмом	41-07	33.01	т/к
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	16-35	21	т/к
12	12	94	416	0.45		77-92		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-77	27	т/к
1.62	4.87	6.74	77	.250/005	Щи из кваш. капусты с карт со смет	21-82	77	2015
6.5	5.57	37	225	.180	Макаронные изделия отварные	13-76	332	2004
9.6	3	3.84	107	.080/040	Сердце в соусе	64-78	406	1996
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-67	25	т/к
3.15	2.04	0	32	.015	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	6-79	15	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
26	16	119	751	0.94		152-56		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.16	8.24	0.42	134	.080	Бутерброд с рыби/гастроном/продуктами	78-15	10	1997
24	23.31	28.97	445	.100/200	Рагу из птицы(индейка)	83-75	489	2004
4.32	3.6	32.64	82	.060	Булочка "Веснушка"*	8-52	773	2004
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
33	36	105	956	0.707		180-76		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	6.4	8.2	113	.210	Кефир для детского питания 3.2%	46-41	22	т/к
6	6	8	113	0.21		46-41		
100	107	398	2961	2.997		577=		

ВСЕГО

Медсестра _____ Красильникова Т.И.
 Зав. производством _____ Терешкина Е.А.
 Бухгалтер _____ Сусак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/З/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1 2	4 3	22	132	.040	Бутерброд с джемом	14-52	2	2004
0 05	4 15	0 05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6 58	9 68	24 38	210	.200	Каша жидкая	21-48	311	2004
6 1	5 3	10 1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
3 9	1 35	26 5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	тик
7 6	4 2	10 9	112	.100	Творожок "Тема"	42-50	59	тик
25	29	94	739	0.595		109-53		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
4	0 2	19 8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	тик
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0 16	тик
0 72	0 2	42 48	86	.120	Фрукт-виноград	22-33	74	тик
2	0	62	172	0.38		85-44		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0 9	0 15	2 85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-32	29	тик
6 07	3 28	16 97	122	.250/050	Суп картофельный с рыбно-фрикадельками	41-45	90	2015
3 88	13 9	14 54	201	.180	Рагу из овощей**	22-71	224	2004
15 6	15 74	3 06	216	.100	Суфле куриное	55-47	327	2015
1	0 2	19 8	86	.200	Сок фруктовый	23-14	705	2004
0 1	0 1	25 2	117	.200	Кисель из кураги	15-95	643	2004
3 9	0 66	27 78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	тик
0 24	0 04	0 56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	тик
32	34	111	896	1 15		180-01		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
7 42	8 14	35 03	132	.230	Картофель отварной	19-85	203	2004
15 55	11 55	15 7	229	.100	Котлеты, биточки, шницели рубленные	71-36	299	2015
4 5	6 67	26	248	.060	Кольцо песочное	26-45	8	1996
0 2	0 1	15	50	.185/015	Чай с сахаром	5-19	11	тик
3 9	0 66	27 78	33	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	тик
3 9	1 35	26 5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	тик
2 9	2 4	12	89	.100	Кукуруза консервированная	29-85	42	тик
38	31	158	125	0.8		162-10		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8 4	80	.200	Ряженка	16-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
103	96	433	1012	3.125		573-26		

ВСЕГО

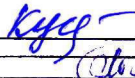
Модестра *Кус* Красильникова Г.П.
 Зав. производством Терентская Е.А.
 бухгалтер *Сулук М.Ю.*

Меню ЗЦДЮТ/4/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак лагерь ст								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.3	0.6	50.6	94	.200	Фрукт-груша	33-78	64	т/к
24.55	16.32	44.58	423	.210	Пудинг из творога со сг.молоком**	79-34	362	2004
33	28	154	888	0.705		148-55		
Завтрак лагерь ст								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3.2%	43-95	20	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан с клубникой	25-67	34.02	т/к
10	17	18	330	0.25		69-62		
Обед лагерь ст								
8	10.1	15.2	184	.100	Салат "Свеколка"*	10-63	50	2008
5.51	4.44	10.52	107	.250/010/010	Суп из овощей с курой со сметаной	15-59	98	2011
4.44	7.56	39.36	244	.180	Рис отварной	16-96	511.3	2004
11.13	6.13	9.47	201	.120	Биточки рыбные запеченные	68-40	255	2012
1	0.1	34.2	142	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	4-42	8	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
1	3.1	3.3	45	0.050	Соус молочный для подачи к блюдам	5-50	595	2004
35	32	140	1060	0.99		129-47		
Ужин лагерь ст								
14.2	14.2	3.2	198	.100	Сельдь с луком *	34-88	89	2004
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
22	32.2	26.8	324	.300	Жаркое по-домашнему	138-09	436	2004
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
1.6	1.2	31.2	140	.040	Пряники	11-49	57	т/к
51	54	131	1054	0.797		209-17		
Ужин 2 лагерь ст								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
135	136	461	3472	2.942		609-27		

ВСЕГО

 Медсестра
 Зап. производств
 Букуштер



 Красильникова Л.И.
 Терешкина Е.А.
 Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/5/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.53	3.56	1.41	48	.019	Сыр плавленый	13-28	32	т/к
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
7.2	8.8	35.73	253	.200	Каша пшенная молочная жидкая**	20-01	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком сгущенным	16-63	643	1996
1.02	0.12	18.69	63	.030	Сухофрукты*(курага)	19-37	48	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.36	0.24	16.8	62	.120	Фрукт-яблоко	13-47	68	т/к
18	21	124	732	0.624		93-29		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей, маком, изюмом	41-07	33.01	т/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
5	6	68	227	0.28		73-38		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.7	110	.100	Салат "Полоньский"	17-02	24	2004
6.36	8.17	12.67	182	.250/.015/.005	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	30-45	82	2012
6.5	5.57	37	225	.180	Макаронные изделия отварные	13-76	332	2004
9.6	3	3.84	107	.080/.040	Сердце в соусе	64-78	406	1996
0.6	0.2	29.3	124	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	12-17	638	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
3	13.5	7.1	103	.070	Мороженое	56-13	55	т/к
35	43	148	1122	1.06		207-58		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	32-87	5	2004
4.69	9.02	29.44	217	.230	Картофельное пюре с морковью	24-99	181	2004
14.04	1.14	11.74	114	.120	Тефтели рыбные паровые	61-52	276	2015
7.08	13.36	28.08	173	.060	Булочка "Творожная"*	12-28	786	2004
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	5-19	11	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
41	29	150	943	0.855		159-13		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-43		
105	99	498	3086	3.019		562-81		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 Зав. производством  Тервинская Е.А.
 Бухгалтер  Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/6/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3	3.75	0	47	.015	Сыр сычужный твердых сортов	12-58	97	2004
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	2-98	11	7/А
1.5	0.13	3.15	19	.050	Горошек зеленый консер	18-91	75	7/К
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	7/К
3	18	14.2	159	.040	Сырок глазированный	39-55	0	К/К
33	53	77	840	0.562		205-18		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
6.1	5.3	10.1	13	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0.16	4/К
0.54	0	15.48	80	.180	Фрукт-яблоко	20-20	75	7/К
7	5	26	193	0.44		71-50		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овоши натуральные свежие	13-14	29	7/К
2.34	2.83	16.64	101	.250	Суп картофельный	7-70	83	2015
25.25	27.75	15.5	420	.250	Голубцы ленивые*	102-18	306	2008
0.1	0.1	25.2	17	.200	Кисель из яблок	6-32	642	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	7/К
0.7	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3-72	600	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	7/К
5.7	3.2	0.2	52	.025	Фрикадельки из кур	17-98	70	2008
39	37	92	878	0.945		159-01		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
5.15	6.81	29.07	197	.230	Картофель в молоке	22-61	519.3	2004
18.16	11.95	16.82	247	.100	Котлеты рубл из птицы или кролика	46-96	322	2015
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	5-13	24	7/К
2.9	2.4	12	89	.100	Кукуруза консервированая	29-85	42	7/К
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	7/К
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	7/К
0.8	0.2	27.54	38	.100	Фрукт-мандарин**	14-45	66	7/К
35	23	155	900	0.847		128-40		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
120	120	357	2891	2.994		600-27		

ВСЕГО

Медсестра Кудряшова Т.И. Красильникова Т.И.
 зав. производством Терешкина Е.А.
 Бухгалтер Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/7/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак лагерь ст								
2.16	2.55	16.65	98	.030	Молоко сгущеное *	11-82	26	т/к
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-94	6	т/к
0.51	0.06	9.34	31	.015	Сухофрукты*(курага)	9-69	48	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
30.15	15.41	27.43	376	.170	Запеканка из творога*	60-62	366	2004
45	31	141	1042	0.69		142-86		
Завтрак лагерь ст								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34 03	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
9	14	45	420	0.375		94-15		
Обед лагерь ст								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-35	27	т/к
5.46	4.39	8.97	101	.250/005/010	Щи из св. капусты с карт.со смет. с кур	11-56	88	2011
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508 3	2004
20.1	14.4	8.85	245	.080/040	Печень по-строгановски	56-37	431	2004
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
35	25	135	903	0.935		128-50		
Ужин лагерь ст								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
2.03	2.17	11.41	74	.105	Свекла ,тушенная в сметанном соусе**	7-07	220	2004
2.58	4.5	16.92	118	.125	Пюре картофельное	11-78	472	1996
14.33	12.17	5.67	192	.100	Рулет из говядины с омлетом	63-14	460	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	11	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.4	0.4	9.8	47	.100	Фрукт-киви**	13-98	70	т/к
28	22	117	780	0.84		123-44		
Ужин 2 лагерь ст								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
123	98	455	1285	3.04		541-41		

ВСЕГО

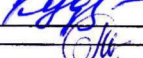


Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер

Красильникова Г.И.
Терянская Е.А.
Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/8/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	2-98	11	т/к
5.7	4.9	21.7	155	.250	Суп молочный с макар изделиями	24-96	160	2004
1.95	0.68	13.25	67	.025	Батон,обогашенный микронутриентами	2-65	38	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
14	17	76	336	0.645		87-63		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей,маком,изюмом	41-07	33.01	т/к
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	16-35	21	т/к
12	12	94	416	0.45		77-92		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.5	15.1	8.5	176	.100	Салат витаминный	21-48	27.2	1996
5.9	2.6	25.3	149	.250	Суп любительский	10-10	93	2008
4.08	6.84	16.8	149	.180	Овощи в молочном соусе	24-60	526	2004
15.55	11.55	15.7	229	.100	Котлеты, биточки, шницели рубленные	71-36	299	2015
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	32-31	705	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из яблок	6-32	642	2004
2.1	1.36	0	21	.010	Мясные изделия для I блюда(кура)	4-59	18	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	4-10	71	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
34	38	140	1064	1.11		178-73		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-35	27	т/к
0.16	8.24	0.42	134	.080	Бутерброд с рыбн/гастроном/продуктами	78-15	10	1997
4.69	9.02	29.44	217	.230	Картофельное пюре с морковью	25-66	181	2004
18.12	5.88	12.32	174	.120	Шницель рыбный натуральный	93-86	274	2015
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	5-13	24	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогашенный	4-10	71	т/к
1.95	0.68	13.25	67	.025	Батон,обогашенный микронутриентами	2-65	38	т/к
30	25	100	799	0.822		222-90		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-43		
97	93	418	2877	3.227		596-61		

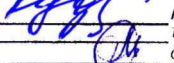


ВСЕГО

Медсестра  Красныkh Т.И.
Зав. производством  Терешковская Е.А.
Бухгалтер  Сузов М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/9/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
5.83	7.9	33.11	226	.200	Каша молочная из пшена и риса "Дружба"***	23-18	190	2008
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-10	3	т/к
7.6	4.2	10.9	112	.100	Творожок "Тема"	42-50	58	т/к
2	23	103	709	0.595		101-11		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.2	0	16	129	.035	Зефир	12-68	53	т/к
0.46	0	20.22	57	.150	Фрукт-груша	25-33	65	т/к
2	0	56	272	0.385		70-32		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.6	106	.100	Салат из св помидоров со сл перцем*	16-53	22	2004
6.87	5.62	5	195	250/020/005	Рассольник "Ленинградский" с гов и смет	46-79	76	2012
6.5	5.57	37	225	.180	Макаронные изделия отварные	13-76	332	2004
20	16.25	6.25	253	.100	Кнели из кур (паровые)	59-93	505	2004
1	0.1	34.2	42	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	4-42	638	2004
3.9	1.35	26.5	34	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	587	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
44	42	144	1229	1.025		159-87		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
31.17	23.51	14.22	598	.350	Говядина, тушенная с капустой**	189-28	440	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	2-98	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
45	30	89	1012	0.71		211-61		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	696	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
118	98	400	3302	2.915		579-09		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Г.И.
Зав. производством  Геврицкий Е.А.
Бухгалтер  Сюзак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/10/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
4.2	8.4	26	199	.200	Каша пшеничная молочная жидкая	18-46	311	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3	18	14.2	159	.040	Сырок глазированный	39-55	0	к/к
20	41	87	735	0.535		104-68		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
2.4	2.9	30.9	154	.050	Печенье	14-17	77	т/к
6	4	77	379	0.43		68-10		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-32	29	т/к
6.36	8.17	12.67	182	.250/.015/.005	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	30-47	82	2012
4.56	12.46	26.45	235	.180	Картофель и овощи тушеные в соусе	23-04	217	2004
9.43	10.57	0.19	355	.100	Биштекс рубленный	115-56	448	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	15-95	643	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
3	13.5	7.1	103	.070	Мороженое	56-13	55	т/к
32	47	129	1280	1.04		267-74		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
22.72	22.72	5.12	317	.080	Сельдь порционно	50-34	89.11	сб. 2008№60
4.75	8.28	31.13	216	.230	Пюре картофельное	21-68	472	1996
8.74	3.84	3.3	82	.080/.040	рыба, тушен в томате с овощами	54-53	374	2004
0.3	0.1	15.2	62	.200/.007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
44	37	109	944	0.747		142-19		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
108	134	420	3478	2.952		635-17		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 Зав. производством  Теренинская Е.А.
 Бухгалтер  Сувак М.Ю.

Чепель Е.Г.

11 Января 2025 г.

Меню ЗЦДЮТ/11/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15.64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5.23	96	2004
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47.26	340	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9.26	23	т/к
2.18	1.8	9	67	.075	Кукуруза консервированная	21.07	43	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5.30	3	т/к
0.8	0.2	27.54	38	.100	Фрукт-мандарин**	18.06	66	т/к
27	39	98	788	0.635		121.82		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32.31	9	т/к
2.25	14.5	31.5	265	.050	Вафли*	20.41	78	т/к
1.1	0.5	15	61	.120	Фрукт-киви	15.11	69	т/к
4	15	66	112	0.37		67.83		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13.63	27	т/к
5.49	5.27	16.32	35	.250	Суп картофельный с бобовыми	6.48	87	2015
4.44	7.56	39.36	144	.180	Рис отварной	16.96	511.3	2004
21.8	12.2	0.8	100	.100	Птица отварная	45.74	487	2004
0.2	0.1	29.6	19	.200	Кисель из сиропа плодового или ягодного	21.39	646	2004
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30.80	0.16	к/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4.10	71	т/к
2.2	0.2	15.8	74	0.020	Гренки из пшеничного хлеба	4.03	551.1	2004
2.1	1.36	0	21	.010	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	4.59	18	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5.20	587	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3.87	16	т/к
42	30	135	979	1.04		156.79		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.16	8.24	0.42	34	.080	Бутерброд с рыbn/гастроном/продуктами	78.15	10	1997
4.69	9.02	29.44	17	.230	Картофельное пюре с морковью	24.99	181	2004
14.04	1.14	11.74	14	.120	Тефтели рыбные паровые	61.45	276	2015
0.2	0.1	15	30	.185/0.15	Чай с сахаром	5.19	11	т/к
1.95	0.68	13.25	37	.025	Батон, обогащенный микронутриентами	2.65	38	т/к
3.9	0.66	27.78	33	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4.10	71	т/к
25	20	98	25	0.715		176.53		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	6.4	8.2	13	.210	Кефир для детского питания 3.2%	46.41	22	т/к
8	6	8	113	0.21		46.41		
103	110	406	317	2.97		569.38		

Медсестра
зав. производством
бухгалтер

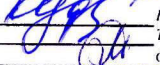


Кудряш

Красильникова Т.И.
Тервинская Е.А.
Судак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/12/ст(У)

Пищевая ценность				Выход,кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак лагерь ст								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6	8.3	27.6	209	.200	Каша жидкая манная	16-69	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	6	т/к
0.18	0.05	16.3	63	0.025	Джем	9-53	41	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	12-26	21	т/к
18	21	141	832	0.69		76-99		
Завтрак лагерь ст								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34.03	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
14	20	34	454	0.375		105-79		
Обед лагерь ст								
1.6	10.1	5.9	121	.100	Салат из редьки с овощами	15-04	34	2004
1.92	4.82	7.35	81	.250	Щи по-уральски (с крупой)	21-54	78	2015
6.5	5.57	37	225	.180	Макаронные изделия отварные	13-76	332	2004
9.6	3	3.84	107	.080/040	Сердце в соусе	64-67	406	1996
0.4	0	41.4	61	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.78	2.52	0	38	.015	Мясные изделия для 1 блюда*	21-03	44	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
28	27	124	870	0.935		167-51		
Ужин лагерь ст								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
2.03	2.17	11.41	74	.105	Свекла тушеная в сметанном соусе**	7-07	220	2004
2.3	4.3	18.6	123	.125	Картофель отварной	10-79	203	2004
15.55	11.55	15.7	229	.100	Котлеты, биточки, шницели рубленные	71-36	299	2015
4.5	6.67	26	248	.060	Кольцо песочное	23-14	8	1996
0.3	0.1	15.2	32	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	0.66	27.78	33	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	34	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3	13.5	7.1	103	.070	Мороженое	56-13	55	т/к
37	40	152	128	0.877		197-01		
Ужин 2 лагерь ст								
6	2	8.4	30	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
103	110	459	3364	3.077		583-48		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 зав. производством  Терюшская Е.А.
 бухгалтер  Сулак М.Ю.



13 Января 2025 г.

Меню ЗЦДЮТ/13/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1.2	4.3	22	132	.040	Бутерброд с джемом	14-52	2	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6.58	9.68	24.38	210	.200	Каша жидкая	18-91	311	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
1.75	0.12	19.53	84	.035	Сухофрукты*(изюм)	10-50	47	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.8	0.2	27.54	38	.100	Фрукт-мандарин**	14-44	66	т/к
20	25	130	749	0.63		89-40		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей,маком,изюмом	41-07	33.01	т/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
5	6	68	227	0.28		73-38		
<u>Обед лагерь ст</u>								
2.34	2.83	16.64	101	.250	Суп картофельный	7-70	83	2015
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508.3	2004
20.1	14.4	8.85	245	.080/040	Печень по-строгановски	56-42	431	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из яблок	6-32	642	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
2.9	2.4	12	89	.100	Кукуруза консервированая	29-85	42	т/к
5.8	2.6	0.2	46	.025	Фрикадельки мясные	26-71	112	2004
0.36	0.24	16.8	62	.120	Фрукт-яблоко	13-46	68	т/к
40	29	153	1044	1.065		164-18		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-63	27	т/к
4.75	8.28	31.13	216	.230	Пюре картофельное	21-68	472	1996
9.43	10.57	0.19	355	.100	Биштекс рубленый	115-56	448	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
24	21	122	996	0.94		197-77		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
95	86	491	156	3.115		577-19		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Г.И.
 зав. производством  Терянская Е.А.
 бухгалтер  Сулак М.Ю.

14 Января 2025 г.

Меню ЗЦДЮТ/14/см(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь см</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9.07	337	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5.23	96	2004
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15.64	3	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12.34	6	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микроэлементами	5.30	3	т/к
0.27	0.2	6.87	31	.100	Фрукт-груша	18.75	84	т/к
24.55	16.32	44.58	423	210	Пудинг из творога со ст.молоком**	79.21	362	2004
39	33	113	915	0.645		145-54		
<u>Завтрак лагерь см</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32.31	9	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36.17	2	т/к
5	4	36	210	0.325		68-48		
<u>Обед лагерь см</u>								
4.7	19.5	7	224	.100	Салат из свеклы с сыром и чесноком	18.15	48	2008
5.51	4.44	10.52	107	250/010/005	Суп из овощей с курой со сметаной	14.26	99	2011
25.25	27.75	15.5	420	.250	Голубцы ленивые*	109.58	306	2008
1	0.1	34.2	142	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	4.25	8	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3.87	16	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4.10	71	т/к
0.7	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3.42	600	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микроэлементами	5.30	3	т/к
45	56	125	1198	0.985		162-93		
<u>Ужин лагерь см</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12.88	14	т/к
4.69	9.02	29.44	217	230	Картофельное пюре с морковью	24.99	181	2004
16.84	0.72	0	91	.120	Рыба (филе) припущенная	102.17	377.18	С6 2008г №229
3.52	16.72	16.64	223	.060	Корж молочный	12.12	806	2004
0.3	0.1	15.2	62	200/007	Чай с лимоном	6.24	24	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5.17	587	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4.10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микроэлементами	5.30	3	т/к
35	31	123	919	0.877		172-97		
<u>Ужин 2 лагерь см</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36.18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
130	126	405	3322	3.032		586-10		

ВСЕГО

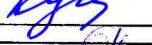


Менеджер Кубс Красильникова Г.И.
 зам. производств. Оле Герасимская Е.А.
 бухгалтер Оле Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/15/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технол. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
4.02	5.07	0	63	.020	Сыр плавленый*	14-17	0	к/к
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
7.2	8.27	38.4	256	.200	Каша пшенная на св молоке с тыквой	38-06	303	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
20	21	114	737	0.655		93-64		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан с клубникой	25-67	34.02	т/к
7.6	4.2	10.9	112	.100	Творожок "Тема"	42-50	59	т/к
18	21	29	442	0.35		112-12		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
6.36	8.17	12.67	182	.250/020/010	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	38-78	82	2012
4.17	7.14	37.15	230	.170	Рис отварной	16-01	511.3	2004
11.13	6.13	9.47	201	.120	Биточки рыбные запеченные	68-40	255	2012
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	15-95	643	2004
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	587	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
28	25	120	926	0.99		165-16		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-35	27	т/к
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
26.7	30	26.55	387	.050/250	Азу из говядины	103-71	438	2004
3.2	1.2	37.12	171	.060	Ватрушка с твoр фаршем	11-73	741	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	11	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
44	38	135	960	0.81		152-45		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	52	0.2		29-43		
115	105	405	3127	3.005		552-80		

ВСРГО

 Медсестра
 Зав. производством
 Бухгалтер


 Красильникова Г.И.

 Теравская Е.А.

 Сывак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/16/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак лагерь ст								
3	3.75	0	47	.015	Сыр сычужный твердых сортов	12-58	97	2004
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
0.55	0.1	1.9	11	.050	Помидор свежий	6-46	30	т/к
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	6	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
32	37	71	747	0.522		162-54		
Завтрак лагерь ст								
0	0	0	0	.050	Сухари сдобные	9-84	119	т/к
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
0.36	0.24	16.8	62	.120	Фрукт-яблоко	13-46	68	т/к
6	7	26	182	0.37		67-25		
Обед лагерь ст								
0.83	6.08	4.04	75	.100	Винегрет овощной	12-37	71	2004
6.07	3.28	16.97	122	.250/050	Суп картофельный с рыbn фрикадельками	41-45	90	2015
24	23.31	28.97	445	.100/200	Рагу из птицы(индейка)	84-64	489	2004
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
39	35	146	1074	1.02		175-23		
Ужин лагерь ст								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-63	27	т/к
5.15	6.81	29.07	197	.230	Картофель в молоке	22-61	519.3	2004
9.43	10.57	0.19	355	.100	Бифштекс рубленый	115-56	448	2004
1	4.8	36.5	194	.060	Булочка "Российская"	8-84	775	1№775
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
24	24	137	1087	0.807		176-28		
Ужин 2 лагерь ст								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
108	105	389	1170	2.919		617-48		


ВСЕГО

Медсестра Краснытшикова Т.И.
Зав. производством Германская Е.А.
Бухгалтер Сулак М.Ю.

**Меню ЗЦДЮТ/18/ст(У)**

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. к. рты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1 2	4 3	22	132	.040	Бутерброд с джемом	14-52	2	2004
0 05	4 15	0 05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
10 18	22 79	38 84	403	.200/015	Макароны с сыром***	29-56	333	2004
1 5	1 3	22 4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
3 9	1 35	26 5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0 3	0 6	50 6	94	.200	Фрукт-груша	33-78	64	т/к
17	34	160	908	0 71		97-65		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5	3	35 5	190	.050	Сушка	14-77	37	т/к
6 1	5 3	10 1	113	.200	Молоко кипяченое	19-37	397	2004
3 88	3 5	16 63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
15	12	62	427	0 375		70-31		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1 5	15 1	8 5	176	.100	Салат витаминный	22-22	7 2	1996
6 87	5 62	5	195	.250/020/005	Рассольник "Ленинградский" с гов и смет	46-79	76	2012
4 08	6 84	16 8	149	.180	Овощи в молочном соусе	24-53	26	2004
20	16 25	6 25	253	.100	Кнели из кур (паровые)	59-91	05	2004
1	0 2	19 8	86	.200	Сок фруктовый	23-14	05	2004
3 9	0 66	27 78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0 24	0 04	0 56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
38	45	85	996	0 925		184-56		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0 7	0 1	1 9	12	.100	Огурец свежий	13-35	27	т/к
1 78	3 63	3 72	56	.100/005	Капуста цветная отварная	48-09	07	2004
2 3	4 3	18 6	123	.125	Картофель отварной	11-30	03	2004
6 61	10 45	8 53	187	.070/040	Тефтели мясные в соусе смет с томатом	47-50	38	ТК УСП 2022
1	0 2	19 8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0 3	0 1	15 2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3 9	0 66	27 78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
3 9	1 35	26 5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
20	21	122	793	0 957		168-19		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5 6	6 4	8 2	113	.210	Кефир для детского питания 3,2%	46-41	22	т/к
6	6	8	113	0 21		46-41		
96	118	438	3237	3 177		567-12		

ВСЕГО

Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер
Красильникова Т.Н.
Гервицкая Е.А.
Сулук М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/19/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
23	39	97	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
005	415	005	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
61	53	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	897	2004
39	135	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
255	085	35.7	162	.170	Фрукт-банан	15-33	21	т/к
2455	1632	44.58	423	.210	Пудинг из творога со сг.молоком**	79-40	362	2004
39	32	127	962	0.675		141-40		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34 03	т/к
388	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
9	14	45	420	0.375		94-15		
<u>Обед лагерь ст</u>								
09	015	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-25	29	т/к
269	284	1714	105	.250	Суп картофельный с макаронными изделиями	6-75	88	2015
2525	2775	15.5	420	.250	Голубцы ленивые*	110-25	306	2008
01	01	25.2	117	.200	Кисель из кураги	15-60	543	2004
39	066	2778	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
2.1	136	0	21	.010	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	4-59	18	т/к
07	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3-69	600	2004
024	004	056	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
36	35	92	851	0.93		162-10		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
142	142	32	198	.100	Сельдь с луком *	34-88	89	2004
897	1794	3289	329	.230	Картофель тушеный	21-21	216	2004
1812	588	1232	174	.120	Шницель рыбный натуральный	77-92	274	2015
02	01	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	11	т/к
39	066	2778	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
195	068	1325	67	.025	Батон, обогащенный микронутриентами	2-65	38	т/к
47	39	104	961	0.735		145-95		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
138	122	376	3274	2.915		579-78		

ВСЕГО



Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер

Красильникова Т.Н.
Тертышкая Е.А.
Судак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/20/ст(У)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
6.58	9.68	24.38	210	.200	Каша жидкая	18-84	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	6	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
19	22	112	747	0.675		78-97		
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0.16	т/к
5.3	5.65	18	144	.050	Сырок глазированный	49-44	50	т/к
11	12	27	264	0.31		124-19		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.7	110	.100	Салат "Полонынский"	17-76	24	2004
6.36	8.17	2.67	182	.250/.015/.005	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	30-50	82	2012
6.5	5.57	37	225	.180	Макаронные изделия отварные	13-76	332	2004
15.6	15.74	3.06	216	.100	Суфле куриное	58-88	27	2015
1	0.1	34.2	142	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	6-54	8	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	387	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-87	16	т/к
35	43	122	1049	0.97		140-58		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
17.4	6	29.4	240	.120	Бутерброд с рыbn/гастроном/продуктами	126-48	10	2004
4.75	8.28	31.13	216	.230	Пюре картофельное	20-38	472	1996
9.6	3	3.84	107	.080/.040	Сердце в соусе	64-82	406	1996
0.3	0.1	15.2	62	.200/.007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
3.9	0.66	27.78	133	.060	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-10	71	т/к
35	18	107	758	0.737		222-02		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
107	100	387	2958	2.892		618-22		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 зав. производством Тератская Е.А.
 бухгалтер  Сулак М.Ю.