



Примерное четырехдневное меню горячего питания (завтрак и обед) для детей оздоровительного лагеря  
Города — курорта Жезказганской области

Согласно распоряжению  
Директор  
МБОУ СОШ № 3  
С.А. Калдыбай

«отделению»  
Начальник ТО Управления  
Федеральной службы по надзору  
в сфере защиты прав потребителей  
и благополучия человека  
по Ставропольскому краю в г. Пятигорске  
И.В. Калыгина

Сезон: Лето

6- 11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Питательные вещества										Минеральные вещества, мг																		
				Б	Ж	У	К	Ш	С	А	Са	Р	Мг	Fe																		
<b>ЗАВТРАК 1 ДЕНЬ</b>																																
№ 182	Каша овсяная молочная на крупе овсяной с маслом сливочным	200,5	12,28	14,2	13,3	37,8	300	0,96	4,6	0,09	59,2	3,6	30,24	0,45																		
№ 15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	0,01	0,11	39,0	132,0	75,0	5,25	0,02																		
№ 14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	0,000	0,000	59,000	1,00	2,00	0,000	0,00																		
№ 318	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,90	11,00	9,00	0,3																		
№ 379	Кодийный напиток с молоком	200	10,20	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	164,00	6,000	0,15																		
№ 379	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	12,54	64,32	0,07	0	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063																		
<b>Итого завтрак:</b>														570	46,06	22,26	29,07	85,77	654,72	0,2	15,16	98,13	277,41	313,06	58,95	1,84						
<b>ОБЕД 1 ДЕНЬ</b>																																
№ 70	Орбоз свежий	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	0,006	1,5	0	6,9	7,2	4,2	0,20																		
№ 108	Суп картофельный с картофелем	250	7,12	5,22	9,2	29	193,5	0,12	3,46	0,070	56,40	102,00	27,00	0,76																		
№ 268	Виточки (говядина)	90	36,24	13,99	10,39	14,13	205,8	0,09	0,13	25,8	39,3	149,7	28,9	1,35																		
№ 321	Карпач говядина	150	12,82	2,82	7,3	8,85	61,15	0,05	30,5	0,3	69,9	46,7	20,0	0,9																		
№	Пюре картофельное	140	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,90	2,00	0,000	0,00																		
№	Сок фруктовый с сахарной в/ч	200	17,00	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18																		
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	47,85	0,07	0,000	0,00	17,40	6,60	0,60	0,47																		
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	9,00	0,00	0,47																		
№	Хлеб ржаной (Ржанко-пшеничный)	850	95,54	26,84	27,93	145,87	753,90	0,41	35,17	0,33	197,76	317,90	91,52	4,14																		
<b>Итого обед:</b>														1420	141,61	49,10	57,00	231,64	1410,62	0,60	50,33	98,46	475,16	699,96	150,47	6,02						
<b>ЗАВТРАК 2 ДЕНЬ</b>																																
№ 70	Орбоз свежий	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	0,006	1,5	0	6,9	7,2	4,2	0,20																		
№ 111	Курочка консервированная	60	11,76	1,86	2,6	3,9	46,8	0,03	0	0	7,35	0,039	0,25	0,2																		
№ 293/331	Котлета рубчатая на плечике (говядина)	90	27,74	13,68	20,3	13,3	146,2	0,09	0,97	0,018	33,74	158,4	26,69	1,57																		
№ 304	Рис отварной	150	8,97	2,38	5,26	14,24	162,3	0,01	0	0,05	5,13	150	24,7	0,33																		
№ 308	Банан свежий калиброванный	220	30,80	2,85	0,00	24,80	140,20	0,07	19	0	15,2	53,2	9,8	0,11																		
№	Сок фруктовый	200	10,00	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0	6,40	3,60	0,00	0,18																		
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063																		
<b>Итого завтрак:</b>														720	96,10	22,65	28,80	95,54	653,02	0,28	21,01	91,46	67,83	184,30	69,99	3,98						
<b>ОБЕД 2 ДЕНЬ</b>																																
№ 70	Помидор свежий	60	6,60	0,48	0	2,04	9,6	0,006	1,5	0	6,9	7,2	4,2	0,20																		
№ 82	Фарш с капустой и картофелем со сметаной	250,5	10,47	9,3	7,27	11,92	232,2	0,12	52,6	0,14	52,6	13,8	13,6	1,34																		
№ 229	Риса тушеная с овощами	100/50	42,33	14,35	5,03	19,2	146,2	0,15	4,05	0,28	76,2	163	26,3	0,85																		
№ 312	Картофельное пюре	150	15,80	3,51	25,06	25,68	128,3	0,045	1,51	0,27	121,5	109,9	16,65	0,57																		
№ 389	Копчет на масле безжир	200	5,54	0,29	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,92																		
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,070	0,000	0,00	17,40	6,60	0,60	0,50																		
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	9,00	0,00	0,47																		
№	Хлеб ржаной (Ржанко-пшеничный)	810	83,83	31,53	33,30	102,33	748,55	1,10	59,06	0,14	282,24	367,00	82,20	4,48																		
<b>Итого обед:</b>														1530	179,93	54,18	67,10	195,87	1399,57	1,38	80,07	145	350,06	753,30	152,19	8,46						
<b>ЗАВТРАК 3 ДЕНЬ</b>																																
№ 223	Запеканка творожная со стучеными маком	150/50	60,16	16,2	10,8	42,4	359,2	0,09	16,12	0,15	386,4	77,8	23,9	0,17																		
№ 318	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,90	11,00	9,00	0,3																		
№	Хлеб пшеничный	140	14,68	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,90	2,00	0,000	0,00																		

*Handwritten signature*



ЗАПРЯК 7 ДЕНЬ

ЗАПРЯК

№ Мотильный 2001F	Пирожки замороженные	60	10,92	1,86	2,6	3,9	46,8	0,03	0	0	7,35	0,630	0,5	0,2
№210	Сыр натуральный с маслом	110	25,35	12,06	18,80	1,86	281,10	0,012	0,17	0,3	80,40	83,86	13,760	0,07
№34205 Мотильного	Копченое свиное сало	200	5,54	0,20	0,60	14,20	14,30	0,03	0,00	0,00	14,18	4,80	5,14	0,957
№ 238	Хлеб пшеничный	120	9,60	0,4	0,4	0,4	0,3	10,0	0,0	0,0	11,00	11,00	9,00	0,93
Итого:	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063
Итого:		520	52,96	22,44	22,44	64,80	583,02	0,20	11,07	0,32	117,94	120,10	36,61	4,16

ЗАПРЯК 8 ДЕНЬ

№275	Натуральный сыр	60	5,36	1,26	4,08	9,24	79,2	0,038	13,75	0	37,04	49,2	24,1	0,4
№28805 Мотильного	Пюре картофельное с маслом	250,5	18,37	5,6	7,2	24,5	138	0,83	22,75	0	71,22	68,7	22,63	0,4
№28805 Мотильного	Пюре картофельное с маслом	90,5	38,17	18,50	20,52	1,62	161,50	0,05	28,22	133,90	76,56	127,60	17,60	0,59
№3205 Мотильного	Рис отварной	150	8,97	2,38	5,28	14,24	162,3	0,01	0	0,05	5,13	150	4,7	0,33
№330	Кефир на пасте для йогурта	200	6,97	0,00	0,00	15,30	49,60	0,020	5,60	0,03	3,20	15,80	2,00	2,0
№330	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№330	Хлеб ржаной (Ржанко-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого:		810	80,94	31,91	38,00	74,23	737,85	1,73	70,32	133,93	208,71	485,20	86,63	5,72
Итого всего:		1330,00	133,90	48,27	60,44	139,03	1290,87	1,93	81,39	134,25	326,64	605,30	123,24	9,88

ЗАПРЯК 9 ДЕНЬ

№175	Каша вязкая молочная на рисе и пшене с маслом сливочным	200,5	12,26	6,2	8,6	42,7	284,3	0,100	8,23	0,05	123,0	72,3	22,49	0,1
№14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	0,000	0,000	59,000	1,00	2,00	0,000	0,0
№15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	0,01	0,11	39,0	132,0	75,0	5,25	0,9
№15	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,4	1,14	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	0,04
№33X	Чай с сахаром и лимонком	200157	2,91	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	85,40	19,80	0,40
№377	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063
Итого завтрак:		580	38,66	16,53	23,41	73,35	579,55	0,22	23,01	98,06	384,49	266,76	65,00	2,41

ОБЕД 8 ДЕНЬ

№10	Омлет свежий	60	5,28	0,48	7,27	2,04	9,6	0,006	1,5	0	6,9	7,2	4,2	0,20
№84	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	250,5	10,62	9,3	13,06	11,92	132,4	0,12	52,6	0,14	52,6	115,8	38,84	0,34
№279	Торты на говядине с соусом красным основным	90,50	31,82	8,80	13,06	9,66	191,30	0,02	9,36	0,09	12,60	89,20	15,03	0,41
№171 об 2001F-Мотильного	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	11,79	3,23	5,22	34,74	223,2	0,18	1,2	0,01	21,2	48,5	14,2	0,86
№349	Компот на сухом фрукте	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
№349	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№349	Хлеб ржаной (Ржанко-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		860	68,98	28,02	26,49	92,45	774,95	1,11	65,74	0,34	115,46	338,20	87,87	4,76
Итого за день:		1440	107,45	42,55	49,90	165,86	1354,50	1,33	87,78	98,50	499,94	604,56	152,87	7,17

ЗАПРЯК 9 ДЕНЬ

№ Мотильный 2001F	Кукуруза консервированная	60	11,76	1,86	2,6	3,9	46,8	0,03	0	0	7,35	0,039	0,25	0,09
№204	Макаронные изделия с сыром	150,40	30,46	18,46	16,6	42,8	268,3	0,22	3,6	0,7	1,41	65,7	18,5	0,58
№379	Кофейный напиток с молоком	200	10,29	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	168,00	6,000	0,035
№38	Батата свежий калиброванный	200	30,80	2,85	0,00	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	19,8	0,11
№38	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063
Итого завтрак:		670	84,86	27,25	21,94	109,07	638,42	0,42	23,05	0,74	93,17	308,00	53,01	2,80

ОБЕД 9 ДЕНЬ

№102	Суп картофельный с горохом	250	7,15	11,7	7,32	17,8	216,8	0,17	27,2	0,03	79,8	152,2	25,6	1,97
№235	Шинитса рубленая натуральная (Минтай)	90	34,80	14,4	19,8	7,64	184,1	0,09	22,83	0,005	43,07	86,9	12,2	0,95
№312	Картофельное пюре	150	15,80	3,51	25,06	25,68	128,3	0,045	1,51	0,27	123,5	109,9	16,65	0,37
№388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	0	8	0,1	14,5	4,4	4,4	0,9
№388	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№388	Хлеб ржаной (Ржанко-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		850	66,98	31,63	53,12	104,45	764,55	1,08	59,54	0,13	276,63	427,30	74,45	5,16
Итого за день:		1520	161,84	61,88	75,06	213,52	1402,97	1,50	82,59	0,87	369,79	735,30	122,46	13,96

ЗАПРЯК 10 ДЕНЬ

№222	Пунш на твороге (запеченный) с повидлом фруктовым	150,50	58,19	19,9	22,8	34,6	355,6	0,080	3,5	0,10	225	297,0	36,0	0,10
№235	Батат свежий калиброванный	220	30,80	2,85	0,00	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	19,8	0,11
№375	Чай с сахаром	200,15	1,45	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	85,40	19,80	0,80
№38	Хлеб пшеничный	10	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063
Итого завтрак:		620	91,99	29,10	24,58	79,05	617,45	0,24	26,17	0,11	352,71	376,80	76,76	3,63



Итого за день:

№ 98	Россылавк. Деширрагент с крупной риболой со сметаной	25005	11,30	15,70	8,90	14,87	156,8	0,10	27,82	0,02	29,70	61,4	18,50	1,32
№ 104	Кетчуп рубчатая из птицы (гусь)	98	27,74	1,08	20,3	13,3	146,2	0,09	18,83	0,018	33,74	158,4	26,69	0,57
№ 104	Мякнорны отварные с маслом сливочным	150	5,62	2,38	5,26	14,24	162,1	0,01	0	0,05	5,13	150	14,7	0,33
№ 109	Конюг из сливок	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	7,69	0,00	0,18
№ 119	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,600	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№ 119	Хлеб ржаной (Грано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,600	0,02	15,75	56,50	9,00	0,67
Итого объект:		810	52,13	35,57	35,40	76,50	633,75	0,99	47,83	0,03	90,73	417,50	75,49	3,57
Итого за день:		1430	144,11	64,67	59,98	156,15	1301,20	1,22	74,00	0,14	433,43	824,10	152,25	6,90

Итого за день:

№ 182	Каши вязкая молочная из риса с маслом сливочным	20005	12,82	13,09	4,07	36,98	205	0,3	21,3	20	5,9	67	21,8	00,5
№ 14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	0,000	0,600	59,000	1,00	2,00	0,000	00,0
№ 15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	0,01	0,11	39,0	132,0	75,0	5,25	00,2
№ 15	Добро сезонное калдрованное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	0,03	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,4
№ 182	Каши с молоком	200	9,84	3,52	3,72	25,49	105,20	0,04	1,3	0,010	122,00	90,00	14,00	00,56
№ 182	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,55	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0,003	21,06	21,06	8,46	00,63
Итого за день:		580	46,16	22,44	21,66	85,41	548,12	0,45	32,71	118,01	276,91	266,06	58,51	2,19

Итого за день:

№ 70	Помидор свежий	60	6,60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,020	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,250
№ 87	Сир карбонадний с рибными консервами	250	25,17	16,6	11,26	19,6	223,8	0,3	19,1	0,090	51,3	102	26,8	0,34
№ 89	Рату на птцы с овощами	900/150	48,74	16,81	12,36	17,1	372,6	0,9	29,96	0,04	24,4	183,2	20,5	0,2
№ 150	Кисель из пшавы или ячол	200	6,97	0,00	0,00	15,30	49,60	0,200	5,60	0,0	3,20	15,80	2,00	2,0
№ 150	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№ 150	Хлеб ржаной (Грано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,600	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого объект:		850	90,57	38,30	24,78	64,09	785,85	2,20	57,11	0,12	103,16	389,90	71,90	3,76
Итого за день:		1430	136,73	60,73	46,24	149,50	1333,97	2,65	89,82	118,13	380,06	655,96	130,41	5,95

Итого за день:

№ 368	Витонны (говядина)	90	36,24	13,99	10,39	14,13	205,8	0,9	18,9	25,8	39,3	149,7	28,9	1,35
№ 302	Каши гречишная каша	150	11,79	3,23	5,22	34,74	223,2	0,18	1,2	0,01	21,2	84,5	14,2	0,86
№ 318	Добро сезонное калдрованное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	0,30	10,0	0,0	16,00	11,00	9,00	00,3
№ 318	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,000	14,00	17,00	8,00	00,80
№ 318	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0,003	21,06	21,06	8,46	00,63
Итого за день:		630	69,18	20,46	16,85	91,91	629,32	1,47	34,10	0,00	90,51	283,16	68,56	3,94

Итого за день:

№ 70	Орехи свежие	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	0,006	1,5	0	6,9	7,2	4,2	02,0
№ 82	Ворд с калусты и карбонат со сметаной	25005	10,47	7,27	18,48	17,8	33,46	0,2	5,2	0,14	52,6	15,8	18,8	1,34
№ 291	Пшав на птцы (добре сувик)	900/150	44,10	17,8	18,48	33,46	340,5	0,2	5,2	0,1	80,9	69,3	26,3	1,82
№ 388	Напиток из шиповника	200	6,14	0,85	0	44	111,1	0	8	0,1	14,5	4,4	4,4	0,9
№ 15	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№ 15	Хлеб ржаной (Грано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,600	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого объект:		990	69,09	31,60	26,69	100,75	817,85	1,10	62,62	0,37	170,66	270,60	69,30	7,03
Итого за день:		1640	138,26	53,06	43,54	192,66	1447,17	2,57	96,72	0,37	261,16	553,86	137,86	10,97

Итого за день:

№ 182	Каши вязкая молочная из крупы гречишная с маслом сливочным	20005	14,48	16,21	5,28	32,79	203	0,9	16,2	20	12,2	147,7	28,1	03,3
№ 15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	0,01	0,11	39,0	132,0	75,0	5,25	00,2
№ 14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	0,000	0,600	59,000	1,00	2,00	0,000	00,0
№ 14	Валды "Чуно"	40	18,00	0,60	0,00	75,00	0,000	0,000	0,000	10,00	10,00	2,00	0,000	00,0
№ 177	Чаи с сахаром и лимонном	200/157	2,91	4,51	1,14	7,71	57,33	0,01	3,67	0,010	112,50	85,40	19,80	0,49
№ 177	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0,003	21,06	21,06	8,46	00,63
Итого за день:		500	49,28	26,74	19,79	112,94	529,28	0,99	19,98	118,02	267,71	333,16	61,61	4,50

Итого за день:

№ 88	Кукуруза консервированная	60	11,76	1,86	2,6	3,9	46,8	0,03	0	0	7,35	0,039	0,25	00,9
№ 88	Чаи на свежей капусте с карбонатом со сметаной	25005	9,27	1,6	4,92	11,5	156,2	0,3	23,0	0,000	59,01	131,4	52,7	0,52
№ 284	Запеканка картофельная с мясом и с соусом сметанным	900/150/50	71,64	24,4	31,3	26,2	329,3	0,13	33,25	0	32,9	78,9	13,7	2,35
№ 284	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	0,02	4,00	0,000	14,00	17,00	8,00	0,80
№ 189	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№ 189	Хлеб ржаной (Грано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,600	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого объект:		860	105,76	33,03	39,96	71,13	748,85	1,27	60,25	0,00	129,02	301,24	94,25	4,56
Итого за день:		1300	155,03	59,77	59,75	184,07	1277,80	2,26	80,23	118,02	396,72	634,40	151,86	10,06

ЗАВТРАК 14 ДЕНЬ

№75	Медово-сметанная	60	5,16	1,20	4,08	9,34	79,2	0,038	13,75	0	37,04	49,2	24,1	0,4
№210	Омлет картофельный с маслом	110	23,38	12,06	18,80	1,86	283,30	1,0	0,17	0,3	80,40	102,30	11,700	0,207
№338	Медово-сметанное манное	120	9,50	0,4	0,4	10,3	44	0,30	10,0	0,0	16,00	14,09	0,00	0,03
№342-06	Манное с сметаной	200	5,34	0,20	0,00	36,20	114,60	0,012	0,90	0,00	14,18	4,40	3,14	0,952
№342-06	Манное с сметаной	30	1,55	1,84	0,04	12,54	64,72	0,07	0	0	0,905	21,06	8,46	0,061
Итого:		520	47,10	15,76	23,92	70,14	598,42	1,37	24,82	0,32	147,63	187,36	60,46	5,38

ОБЕД 14 ДЕНЬ

№70	Паштет свиной	60	6,60	0,72	0,12	2,76	15,60	0,020	2,45	0,00	8,50	15,00	7,00	0,250
№07	Курица из вафельки и помидоры со сметаной	250,5	18,37	5,6	7,2	24,5	158	0,83	22,75	0	71,22	68,7	12,6	0,54
№238-06	Птица отварная с маслом	90,5	38,17	18,50	20,52	1,62	164,50	0,05	28,22	133,50	76,36	127,50	17,20	0,29
№302-06	Манное с маслом	150	5,79	6,8	9	32,9	165,8	0,29	0	0,021	20,58	126,3	28,1	0,67
№349	Каша пшеничная рассыпчатая	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
№349	Каша из сухариков	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,70	0,000	0,00	0,0030	17,40	6,60	0,50
№349	Хлеб пшеничный	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого:		810	76,40	35,11	37,66	93,11	706,75	1,96	52,05	133,51	190,32	400,00	73,50	2,65
Итого всего:		1300,00	123,81	50,87	61,58	163,25	1292,17	3,33	76,87	134,23	337,94	587,96	133,96	8,03
Всего за 14 дней:		20115	2025	75216	78339	244464	1928363	25458	112439	208576	597057	971220	200652	25835
Средняя за 1 день:		1437,5	144,7	53,7	55,9	188,9	1377,4	1,8	80,3	57,8	300,7	602,1	144,3	9,3

ЗАВТРАК заключительный день (15)

№182	Каша жидкая молочная из крупы овсяной с маслом сливочным	200,5	12,28	14,2	13,3	37,8	300	0,06	4,6	0,05	90,2	36	30,24	0,45
№15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	0,01	0,11	39,0	132,0	75,0	5,25	0,02
№14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	0,000	0,000	59,000	1,00	2,00	0,000	0,00
№238	Балач сметаной манноватый	220	30,80	2,85	0,90	24,80	140,20	0,076	19	0	15,2	53,2	13,2	0,11
№379	Кафельный напиток с молоком	200	10,29	2,24	2,10	25,03	118,80	0,02	0,45	0,08	69,20	168,00	6,000	0,035
№379	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	0,07	0	0	0,005	21,06	8,46	0,063
Итого за завтрак:		645	67,26	24,71	28,67	100,27	753,92	0,2	24,16	98,13	276,61	355,26	61,15	2,68

ОБЕД заключительный день (15)

№102	Суп картофельный с горохом	250	7,15	11,7	7,32	17,8	216,8	0,17	27,2	0,03	79,8	152,2	25,6	1,97
№1101 сб. 2022	Тертая на гарнир с соусом красным основным	900,50	33,54	13,99	10,39	14,13	205,8	0,09	0,13	25,8	39,3	149,7	28,9	1,35
№304	Макарон отварные с маслом сливочным	150	5,62	2,38	5,26	14,24	162,3	0,01	0	0,05	5,13	150	14,7	0,33
№	Сок фруктовый	200	10,00	0,04	0,00	24,76	94,20	0,01	1,08	0,0	6,40	3,60	0,00	0,18
№	Выпечка Чизкейк	140	18,00	0,60	0,10	59,80	75,00	0,000	0,000	0,005	10,00	2,00	0,000	0,00
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	0,07	0,000	0,00	0,0050	17,40	6,60	0,50
№	Хлеб пшеничный	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	0,08	0,000	0,00	15,75	56,50	9,00	0,47
Итого обед:		840	77,40	32,88	24,01	140,06	878,35	0,43	28,41	0,04	156,39	531,40	84,80	4,80
Итого за обед:		1485	144,66	57,59	52,68	230,33	1631,27	0,66	52,67	98,17	432,99	886,66	147,95	7,48

Всего за 15 дней  
Средняя за 1 день

2160,90  
144,66

2169,9  
144,66

0,00  
0,00

**При наличии средств в руднике питания могут быть включены овощи и фрукты свеклы, сель. дополнительно хлеба, продукты, обогатительные добавки и микроэлементы.**

Презентация 12. Оценка: место для муниципальных субъектов образования, учреждений, составлено на основе действующих сборников рецептур блюд для образовательных учреждений питания [2002г., 2005г., 2010 г., 2004г., с учетом фактических норм питания для детей разного возраста.  
 - нормы выхода полуфабрикатов и готовых блюд, даны с учетом потерь при изготовлении, охлаждении и термическом обработке. В рецептурах супов, соусов, студийных блюд, напитков указана норма влажности с учетом потерь на выпаривание.

Технолог: Буракбаева А.В.

СОСТАВЛЯЮЩИЕ	0-11 лет
ЗАПАСАНИЕ	500
ОБЕД	700

Б	Ж	У	К	В1	С	А	Са	Р	Мг	Рс
77	79	335	2350	1,2	60	700	1100	0	250	0
25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%	25,00%
19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	15	175	275	335	62,5	275

ОБЕД										
Б	Ж	У	К	В1	С	А	Са	Р	Мг	Рс
305,19	315,03	1328,05	8525,48	7,066	333,41	538,955	3130,89	3786,977	840,96	64,684
21,789	22,50214	94,88071	608,9629	0,54757	23,815	38,496786	223,635	270,4984	60,06857	4,620286
446,97	468,26	1316,59	10758,15	17,917	791,38	259,802	2339,48	5485,219	1179,36	65,142
31,926	33,44714	94,04214	768,4393	1,27979	56,5271	19,271571	167,108	391,8014	84,24	4,653

заправка										
Б	Ж	У	К	В1	С	А	Са	Р	Мг	Рс
42,35	47,4	201	1410	0,72	36	420	660	786	150	0
753,16	783,29	3141,64	19383,63	26,48	1134,79	308,76	3470,31	9222,80	2283,1	139,83
53,726	55,94929	189,9029	1377,402	1,82736	80,3421	57,768357	390,741	662,2997	144,3086	9,273286