ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 09156AB9C6A1F5C2EA550EBB6394A6FC
Владелец: Малофеева Ольга Вячеславовна
Действителен: с 20.03.2024 до 13.06.2025

Летний оздоровительный лагерь

с дневным пребыванием детей

при МОУ «СОШ № 2 р.п. Дергачи»

Примерное меню на 12 дней

2024 год

1 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход 12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша рисовая молочная жидкая, т/к № 114	150/3.75	200/5	Крупа рисовая	23.1	30.8	3.84	5.12	4.96	6.62	24.07	32.1	157.59	210.13
			Молоко/вода	80/53.5	106.7/71.3								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								

Хлеб	30	50	Хлеб пшенич/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
банан	150	100	банан	150	100	1.54	0.76	-	-	16.3	8.2	73.4	36.9
Итого						**13.55**	**12.58**	**17.26**	**18.12**	**73.66**	**75.76**	**761.69**	**620.03**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**17.6%**	**13.9 %**	**21.4%**	**19.7 %**	**23.9 %**	**21%**	**33.8%**	**23.6%**
обед													
Овощи отварные: морковь, т/к № 248	100	100	Морковь свежая Масло растит	136 5	136 5	1.12	1.12	3.75	3.75	6.22	6.22	66.42	66.42
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (говядина), т/к№ 45, 40	200	250	Горох/фасоль	17	21.25	1.87	2.34	3.1	3.89	10.88	13.61	79.03	98.79
			Лук	10	12.5								
			Морковь	10	12.5								
			Петрушка (корень)	2.48	3.1								
			Картофель	54	67.5								
			Бульон:	140	175								
			Кости пищевые	50	62.5								
			Масло сливочное	4	5								
Макаронные изделия отварные, т/к № 227	150	180	Макаронные изделия	51	61.2	5.52	6.6	5.3	6.35	35.32	42.39	211.09	253.31
			Масло сливочное	6.75	8.1								
Тефтели рыбные, т/к№ 174 с соусом томатным, т/к № 265	90	100	Рыба с/м «Минтай»	50.4	63	7.1 0.16	8.95 0.16	4.34 1.1	5.48 1.1	7.32 1.57	9.16 1.57	96.85 16.84	121.07 16.84
			Вода	11.2	14								
			Лук	8.8	11								
			Яйцо	3.2	4								
			Мука пшеничная	4.5	5.6								
			Масло растительное	4	5								
			Соус томатный	30	30								
			Вода	15	15								
			Мука пшеничная	1.5	1.5								
			Масло сливочное	1.5	1.5								
			Томат-пюре	4.5	4.5								
			Сахар	0.54	0.54								
Компот из смеси сухофруктов, т/к № 283	200	200	сухофрукты	25	25	0.56	0.56	-	-	27.89	27.89	113.79	113.79
			Вода	190	190								
			сахар	15	15								
Хлеб	100	100	Хлеб пшен/ржаной	100	100	6.6	6.6	1.2	1.2	34.2	34.2	360	360
Итого						**23.37**	**26.77**	**18.79**	**21.77**	**141.71**	**153.35**	**1028.23**	**1114.43**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**30.35 %**	**29.7 %**	**23.78 %**	**23.6 %**	**46%**	**42.6 %**	**45.68 %**	**42%**
Всего за день						**36.92**	**39.35**	**36.05**	**39.89**	**215.37**	**229.12**	**1789,92**	**1734.46**
						47.95 %	**44%**	**45.18 %**	**43%**	**69.9 %**	**63.6 %**	**79.48 %**	**66%**

2 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Пудинг манный, т/к№ 128	150/3.75	200/5	Крупа манная	37.5	50	6.03	8.05	11.94	15.93	43.01	57.35	303.42	404.56
			Вода	129	172								
			молоко	37.5	50								
			Сахар	12	16								
			Яйца	15	20								
			Масло растит	3	4								
			Сухари	3	4								
			Масло сливочное	3	4								
			Сметана	3	4								
			Масло сливочное	3.75	5								
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
яблоко	200	100	яблоко	200	100	0.8	0.4	-	-	18	9	88	44
Итого						**8.63**	**11.75**	**12.3**	**16.53**	**85.93**	**98.11**	**559.42**	**688.56**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**11.2%**	**13%**	**15.6%**	**18%**	**27.9%**	**27%**	**24.9%**	**26%**
обед													
Лук, термически обработанный, т/к № 24	100	100	Лук свежий	105	105	0,99	0.99	-	-	99	99	49,95	49.95
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне (говядина), т/к № 63	200	250	Капуста свежая	55	68.75	1.67	2.09	5.06	6.33	8.5	10.64	86.26	107.83
			Картофель	32	40								
			Морковь	10	12.5								
			Лук	10	12.5								
			Петрушка (корень)	3	3.75								
			Бульон:	160	200								
			Кости пищевые	50	62.5								
			Сметана	8	10								
			Масло растительное	4	5								
Картофель отварной в молоке, т/к № 240	150	180	картофель	178.5	214.2	3.13	3.76	7.03	8.44	27.21	32.65	182.46	218.95
			Молоко	45	54								
			Мука пшеничная	7.5	9								
			Масло растит	4.5	5.4								
Гуляш из говядины, т/к№ 180	90	100	Мясо говядина	99.6	125.3	14.3	17.99	15.9	20.09	4.44	5.59	218.8	275.16
			Масло сливочное	4.3	5.4								
			Лук	11.2	14.1								
			Томат-пюре	7.2	9.1								
			Мука пшеничная	2.5	3								
Напиток из шиповника, т/к № 289	200	200	Шиповник (целые плоды)	20	20	0.68	0.68	-	-	21.01	21.01	46.87	46.87
			Вода	230	230								
			Сахар	15	15								
Хлеб	100	100	Хлеб ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	33,2	33.2	174,00	174
Йогурт	90	90	Йогурт	90	90	3.3	3.3	3.7	3.7	3.6	3.6	67	67
Итого						**30.67**	**35.37**	**32.89**	**39.91**	**196.96**	**110.64**	**825.34**	**908.31**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**39.83%**	**39%**	**41.63%**	**43%**	**63.95%**	**30%**	**36.67%**	**34.5%**
Всего за день						**39.3**	**47.12**	**45.19**	**56.44**	**282,89**	**208.75**	**1384.76**	**1596.87**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**51%**	**52%**	**57.23%**	**61%**	**91.84%**	**58%**	**61,57%**	**61%**

4 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая, т/к № 109 (на молоке)	150/3.75	200/5	Крупа «Геркулес»	22.5	30	4.74	6.33	6.67	8.9	19.11	25.49	155.53	207.38
			Молоко/вода	79.5/52	106.7/69.3								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Булочка молочная, т/к № 314	50	50	Мука пшеничная	40	40	1.74	1.74	2.39	2.39	28.5	28.5	158	158
			Дрожжи прессов.	0.48	0.48								
			Молоко	20	20								
			Масло растит.	1.3	1.3								
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Чай с лимоном, т/к № 294	200	200	Чай	0,1	0,1	0.07	0.07	0.01	0.01	15.31	15.31	61.62	61.62
			Вода	150	150								
			Сахар	15	15								
			Лимон	8	8								
Груша	200	200	Груша	200	200	1	1	-	-	26.8	26.8	120	120
Йогурт питьевой	200	200	Йогурт питьевой	200	200								
Итого						**13.92**	**12.54**	**21.01**	**22.2**	**98.09**	**99.8**	**857.85**	**680**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**18.08 %**	**14 %**	**26.59 %**	**24%**	**31.85 %**	**27.7 %**	**38.11 %**	**25.8%**
обед													
Овощи отварные: свекла, т/к № 248	100	100	свекла Масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне, т/к № 47	200	250	Макаронные изделия	8	10	2.26	2.83	2.28	2.86	17.4	21..76	99.92	124.9
			Картофель	80	100								
			Лук	9.6	11.6								
			Петрушка	3	3.5								
			Морковь	10	12.5								
			Бульон	150	187.5								
			Куры	42	50								
			Масло сливочное	3	3.75								
Рагу из птицы, т/к № 214	150	200	курица	68.8	92.3	13.07	17.53	16.65	22.33	15.47	20.74	262.29	351.78
			Масло растительное	5.1	6.8								
			Картофель	91	122								
			Морковь	17.85	23.94								
			Томат-пюре	5.1	6.84								
			лук	10.2	13.68								
			Мука пшеничная	0.85	1.14								
Кисель из концентрата плодового или ягодного, т/к № 274	200	200	Концентрат киселя	24	24	1.36	1.36	-	-	29.02	29.02	116.19	116.19
			Вода	190	190								
			сахар	10	10								
Хлеб	100	100	Хлеб пшеничный/ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Итого						**25.21**	**29.71**	**23.88**	**26.39**	**120.31**	**213.72**	**992,82**	**1046.82**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**32,74 %**	**33 %**	**30.23 %**	**28.7 %**	**39.06 %**	**59%**	**44.11 %**	**40%**
Всего за день						**32.74**	**42.25**	**37.46**	**48.59**	**218.4**	**313.52**	**1850.67**	**1726.82**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**50.82 %**	**47 %**	**56.82 %**	**53%**	**70.91 %**	**87%**	**82.22 %**	**65.7%**

3 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Запеканка из творога, т/к № 141	150	200	Творог	103	141	21.3	29.22	8.84	12.11	21.24	29.1	249.82	342.23
			Крупа манная	7	9.7								
			Мука пшеничная	8.76	12								
			Яйца	3.3	4.5								
			Сахар	7	9.7								
			Ванилин	0.01	0.015								
			Сметана	3.4	5.2								
			Сухари	3.4	5.2								
			Масло сливочное	3.4	5.2								
			Варенье (повидло)	30	40								
Кофейный напиток с молоком, т/к № 287	200	200	Кофейный напиток	2	2	1.4	1.4	1.6	1.6	17.35	17.35	89.32	89.32
			Молоко/вода	50/170	50/170								
			Сахар	15	15								
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
яблоко	200	200	яблоко	200	200	1.2	1.0	-	-	18	15	78.3	63
Итого						**24.57**	**34.02**	**16.08**	**21.51**	**48.92**	**63.65**	**493.34**	**677.55**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**32%**	**37.8%**	**20%**	**23.3%**	**15.8%**	**17.6%**	**22%**	**25%**
обед													
Овощи отварные: морковь, т/к № 248	100	100	Морковь свежая Масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне (говядина), т/к№ 37	200	250	свекла	40	50	1.52	1.9	5.28	6.6	8.64	10.81	88.8	111.11
			Капуста свежая	20	25								
			Лук	5	6.25								
			Петрушка	3	3.75								
			Морковь	10,48	13.1								
			Картофель	20	25								
			Лимонная кислота	0.2	0.25								
			Сахар	2	2.5								
			Сметана	8	10								
			Бульон: Кости пищевые	150 50	187.5 62.5								
			Масло растительное	2.4	3								
Плов из отварной говядины, т/к № 193	150	200	Мясо говядина	113.25	151	18.24	24.33	15.51	20.69	25.28	33.71	313.77	418.37
			Морковь	14.25	19								
			Масло сливочное	3.75	5								
			Лук	13.5	18								
			Вода	64.5	86								
			Рис	31.5	42								
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Хлеб	100	100	Хлеб ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	33,2	33.2	174,00	174
Итого						**28.68**	**34.78**	**25.74**	**28.64**	**106**	**111.33**	**781.29**	**844.98**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**37.25%**	**38.6%**	**32.58%**	**31%**	**34.42%**	**31%**	**34.71%**	**32%**
Всего за день						**53.25**	**68.8**	**41.82**	**50.15**	**154.92**	**174.98**	**1274.63**	**1522.53**
Процент обеспеченности (норма 60%)						69.25%	**76%**	**52.58%**	**54%**	**50.22%**	**48.6%**	**56.71%**	**58%**

5 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша манная молочная жидкая, т/к № 107	150/3.75	200/5	Крупа манная	22.5	31	4.65	6.2	6.03	8.05	23.31	31.09	166.5	222.02
			Молоко/вода	79.5/52.5	106/70								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
Сыр порция, т/к № 366	7	10	Сыр твердый	7	10	1.6	2.25	2.03	2.85	-	-	25.12	35.2
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Яблоко	200	100	Яблоко	200	100	0.8	0.4	-	-	18	9	88	44
Итого						**11.85**	**12.15**	**11.62**	**11.5**	**70,93**	**71.85**	**697.12**	**541.22**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**15.39 %**	**13.5 %**	**14.71 %**	**12.5 %**	**23.03 %**	**20%**	**30.97 %**	**20.6 %**
обед													
Овощи отварные: свекла, т/к № 248	100	100	свекла Масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (говядина), т/к№ 45,	200	250	Горох	17	21.25	1.87	2.34	3.1	3.89	10.88	13.61	79.03	98.79
			Лук	10	12.5								
			Морковь	10	12.5								
			Петрушка (корень)	2.48	3.1								
			Картофель	54	67.5								
			Бульон Кости пищевые	14050	17562.5								
			Масло сливочное	4	5								
Каша пшеничная рассыпчатая, т/к № 221	150	180	Крупа пшеничная	58.5	70.2	9.27	11.12	5.32	6.39	36.87	44.24	231.78	278.13
			Вода	103.5	124.2								
			Масло сливочное	7.5	9								
Птица тушеная, т/к № 213 с соусом томатным, т/к № 265	90	100	сосиска	100	100	6.62	6.62	16.04	16.04	1.57	1.57	179.7	179.7
			Соус томатный:	24	30								
			Вода	12	15								
			Мука пшеничная	1.2	1.5								
			Масло сливочное	1.2	1.5								
			Томат-пюре	3.6	4.5								
			Сахар	0.4	0.54								
						0.12	0.16	0.88	1.1	1.25	1.57	13.47	16.84
Сок , т/к № 293	200	200	Сок плодовый	200	200	2.0	2.0	0.2	0.2	5.8	5.8	36	36
Хлеб	100	100	Хлеб пшени/ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Итого						**28.60**	**30.96**	**30.49**	**32.57**	**123.59**	**134.01**	**1086.4**	**1155.88**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**37.14 %**	**34.4 %**	**38.59 %**	**35.4 %**	**40.13 %**	**37%**	**48.26 %**	**44%**
Всего за день						**40.45**	**43.11**	**42.11**	**44.07**	**194,52**	**205.86**	**1783,52**	**1697.1**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**52.53**	**47.9 %**	**53.30 %**	**47.9 %**	**63.16 %**	**57%**	**72.23 %**	**64.6 %**

6 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша «Дружба», т/к № 102 (на молоке)	150/3.75	200/5	Крупа рисовая	11.25	15	4.9	6.55	6.24	8.33	26.31	35.09	180.8	241.11
			Крупа пшенная	8.25	11								
			Молоко/вода	76.5/52.5	102/70								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			сахар	15	15								
Йогурт	90	90	Йогурт	90	90	3.3	3.3	3.7	3.7	3.6	3.6	67	67
Итого						**10.07**	**13.25**	**15.34**	**19.83**	**54.9**	**70.55**	**462**	**614.11**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**13%**	**15%**	**19%**	**21.5%**	**17.8%**	**19.6%**	**20.5%**	**23.3%**
обед													
Лук, термически обработанный, т/к № 24	100	100	Лук свежий	105	105	0,99	0.99	-	-	99	99	49,95	49.95
Суп картофельный с мясными фрикадельками т/к; 48	200/28	250/35	Картофель	91	113.75	7.8	9.76	5.45	6.82	15.2	19.01	140.08	175.1
			Морковь	10	12.5								
			Лук	5	6.25								
			Масло сливочное	2	2.5								
			Вода	140	175								
			Для фарша:										
			Мясо говядина	43.2	54								
			Лук	3.2	4								
			Яйца	0,06	0.09								
			Вода	3.2	4								
Каша гречневая рассыпчатая, т/к№ 219	150	180	Гречка	69	82.8	8.73	10.47	5.43	6.5	45	54	263.8	316.56
			Вода	102	122.4								
			Масло сливочное	6.75	8.1								
Рыба, тушенная в томате с овощами, т/к № 172	90	100	Рыба с/м «Минтай»	63.8	79.5	8.27	10.3	4.57	5.7	4.28	5.33	91.36	113.8
			Вода	14.25	17.7								
			Морковь	18.2	22.7								
			Петрушка	2.85	3.55								
			Лук	9.7	12								
			Томат-пюре	5	6.4								
			Масло растительное	4.3	5.3								
			Специи	0.15	0,2								
Компот из смеси сухофруктов, т/к № 283	200	200	сухофрукты	25	25	0.56	0.56	-	-	27.89	27.89	113.79	113.79
			Вода	190	190								
			сахар	15	15								
Хлеб	100	100	Хлеб пшен/ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Яблоко	250	150	Яблоко	250	150	1.2	0.8	-	-	23	15	110	80
Итого						**34.15**	**40.24**	**16.65**	**20.37**	**248.57**	**160.51**	**1128,98**	**1180.15**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**44.35%**	**44.7%**	**21.08%**	**22%**	**80.7%**	**44.6%**	**50.15%**	**45%**
Всего за день						**44.22**	**53.49**	**31.99**	**40.2**	**303.47**	**231.06**	**1590.98**	**1794.26**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**53.35%**	**59%**	**40.08%**	**43.7%**	**98.5%**	**64%**	**70.65%**	**68%**

7 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Омлет натуральный, т/к №135	150	200	яйцо диетическое	75	100	8.49	11.32	26.02	34.7	3.01	4.11	279.37	372.5
			молоко	46.8	62.5								
			Колбаса или сосиски	30.9	41.25								
			Масло сливочное	5	7								
Бутерброды с повидлом, т/к № 382	40	40	Хлеб пшеничный	15	15	1.27	1.27	4	4	20.6	20.6	123.6	123.6
			Масло сливочное	5	5								
			Повидло	20.2	20.2								
Какао с молоком, т/к № 269	200	200	Какао порошок	3	3	3.77	3.77	3.93	3.93	25.95	25.95	153.92	153.92
			Молоко/вода	100/110	100/110								
			Сахар	20	20								
Груша	200	200	груша	200	200	1	1	-	-	26.8	26.8	120	120
Итого						**17.53**	**17.36**	**37.15**	**42.63**	**81,06**	**77.46**	**926.39**	**770.02**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**22.77 %**	**19%**	**47,03 %**	**46%**	**26.32 %**	**21%**	**41.15 %**	**29%**
обед													
Овощи отварные: морковь, т/к № 248	100	100	Морковь свежая Масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Суп крестьянский с крупой на курином бульоне, т/к № 51	200	250	Капуста	30	37.5	1.84	2.31	6.19	7.74	12.34	15.43	112.47	140.59
			Картофель	27	33.75								
			Крупа	8	10								
			Морковь	10	12.5								
			Лук	10	12.5								
			Масло растительное	4	5								
			Бульон куры	17042	212.550								
			Сметана	8	10								
Рис отварной, т/к № 224	150	180	Рис	54	64.8	3.88	4.66	5.08	6.1	40.27	48.33	225.18	270.21
			Масло сливочное	6.75	8.1								
Птица тушеная, т/к № 213 с соусом томатным, т/к № 265	90	100	Цыплята потрошеные	52.2	65.3	12.56	15.7	7.52	9.4	2.64	3.3	135.2	169
			Соус томатный:		50								
			Вода	12	15								
			Мука пшеничная	1.2	1.5								
			Масло сливочное	1.2	1.5								
			Томат-пюре	3.6	4.5								
			Сахар	0.4	0.54								
						0.12	0.16	0.88	1.1	1.25	1.57	13.47	16.84
Напиток «Витошка», т/к № 1	200	200	Витошка	20	20	0	0	0	0	19.4	19.4	78	78
Хлеб	100	100	Хлеб ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	33,2	33.2	174	174
Итого						**27.32**	**31.55**	**24.62**	**29.29**	**133,32**	**142.45**	**883.04**	**978.06**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
						35.48 %	**35%**	**31.16 %**	**31.8 %**	**42.29 %**	**39.5 %**	**39.23 %**	**37%**
Всего за день						**44.85**	**48.91**	**61.77**	**71.92**	**214.38**	**219.91**	**1809,43**	**1748.08**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**58.25**	**54%**	**78.19**	**78%**	**69.61**	**61%**	**80,38**	**66.5%**

						%		%		%		%	

8 **день.**

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша молочная пшеничная жидкая, т/к № 108	150/3.75	200/5	Крупа пшеничная	30	40	5.58	7.44	6.05	8.07	26.46	35.28	182.94	243.92
			Молоко/вода	75/51	100/68								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Хлеб	50	50	Хлеб пшеничный/ржаной	50	50	3.3	3.3	0.6	0.6	17.1	17.1	180	180
Каша молочная пшеничная жидкая, т/к № 366	10	10	Сыр твердый	10	10	2.25	2.25	2.85	2.85	-	-	35.2	35.2
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Йогурт	90	90	Йогурт	90	90	3.3	3.3	3.7	3.7	3.6	3.6	67	67
Итого						**14.43**	**16.29**	**13.2**	**15.22**	**61.82**	**70.64**	**525.14**	**586.12**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**18.7 %**	**18%**	**16.7 %**	**16.5 %**	**20%**	**20%**	**23%**	**22%**
обед													
Лук, термически обработанный, т/к № 24	100	100	Лук свежий	105	105	0,99	0.99	-	-	99	99	49,95	49.95
Суп картофельный с клецками на курином бульоне с мясом кур, т/к № 46	200/24/10	250/30/10	Картофель	53	66.25	3	3.75	2.63	3.29	13.47	16.84	89.55	111.94
			Морковь	10	12.5								
			Лук	9.6	12								
			Масло сливочное	2	2.5								
			Бульон куры	15042	187.550								
			Клецки:										
			Мука пшеничная	8	10								
			Масло сливочное	1	1.25								
			Яйца	0.048	0.06								
			Вода	12	15								
Макаронные изделия отварные с овощами, т/к № 228	150	180	Макароны	52.2	52.2	6.46	6.46	7.07	7.07	41.07	41.07	253.87	253.87
			морковь	24.84	24.84								
			Лук	18	18								
			Томат-пюре	9	9								
			Петрушка	7	7								
			Масло сливочное	9	9								
Гуляш из говядины, т/к№ 180	90	100	Мясо говядина	99.6	125.3	14.3	17.99	15.9	20.09	4.44	5.59	218.8	275.16
			Масло сливочное	4.3	5.4								
			Лук	11.2	14.1								
			Томат-пюре	7.2	9.1								
			Мука пшеничная	2.5	3								
Напиток из шиповника, т/к № 289	200	200	Шиповник (целые плоды)	20	20	0.68	0.68	-	-	21.01	21.01	46.87	46.87
			Сахар	15	15								
			Вода	230	230								
Хлеб	100	100	Хлеб	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360

			пшен/ржаной										
Итого						**22.68**	**22.99**	**13.03**	**13.84**	**253,55**	**152.87**	**1043.10**	**990.04**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**29.45 %**	**25.5 %**	**16.49 %**	**15%**	**82.32 %**	**42%**	**46.34 %**	**37.6 %**
Всего за день						**37.11**	**39.28**	**26.23**	**29.06**	**315.37**	**223.51**	**1568.24**	**1576.16**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**48.15 %**	**43.6 %**	**33.19 %**	**31.5 %**	**102.32 %**	**62%**	**69.34 %**	**60%**

9 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход 12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Суп молочный с макаронными изделиями , т/к № 53	200	250	Макароны	16	20	5.58	6.98	6.12	7.65	19.72	24.66	156.08	195.30
			Молоко /вода	140/44	175/55								
			Масло сливочное	2	2.5								
			Сахар	2	2.5								
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Апельсин	200	100	Апельсин	200	100	1.54	0.8	-	-	16.3	8.15	73.4	36.8
Итого						**11.99**	**11.18**	**14.72**	**15.45**	**65.71**	**64.67**	**693.36**	**538.1**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**15.57 %**	**12%**	**18.63 %**	**16.8 %**	**21.33 %**	**18%**	**30.80 %**	**20%**
обед													
Овощи отварные: морковь, т/к № 248	100	100	Морковь свежая Масло растит	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Свекольник , на мясном бульоне (говядина), т/к № 43	200	250	Свекла	64	80	1.54	1.93	5.07	6.34	8.04	10.05	83.32	104.16
			Картофель	46	57.5								
			Морковь	10	12.5								
			Лук	10.7	13.4								
			Масло сливочное	4	5								
			Сахар	1.28	1.6								
			Бульон Кости пищевые	16050	20062								
			Томат-пюре	2.6	3.25								
			Сметана	8	10								
Картофель отварной, т/к № 239	150	180	картофель	198	237.6	3.13	3.76	7.03	8.44	27.21	32.65	182.46	218.95
			Масло растительное	6.75	8.1								
Котлеты, биточки, шницели, т/к № 189	90	100	Говядина	85	107.7	11.3	14.2	12.4	15.58	6.08	7.63	187.35	235.07
			Хлеб пшеничный	13.7	17.3								
			Сухари	7.9	10								
			Молоко или вода	16.9	21.2								
			Масло сливочное	10.6	11.3								
Сок , т/к № 293	200	200	Сок плодовый	200	200	2.0	2.0	0.2	0.2	5.8	5.8	36	36
Хлеб	100	100	Хлеб пшенич/ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Итого						**27.49**	**31.28**	**29.65**	**31.76**	**114.35**	**216.13**	**1032.95**	**1121.63**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**33.10 %**	**34%**	**37.53 %**	**34.5 %**	**37.11 %**	**60%**	**45.89 %**	**42.6%**
Всего за день						**33.01**	**42.46**	**44.37**	**47.21**	**180.01**	**280.8**	**1726.26**	**1659.73**

Процент обеспеченности (норма 60%)						**48.67 %**	**47.7 %**	**56.16 %**	**51%**	**58.44 %**	**78%**	**76.69 %**	**63%**

10 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход 12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Вареники ленивые, т/к № 140	150/7.5	200/10	творог	119.2	159	24.36	32.49	7.36	9.82	24.91	33.22	263.4	351.22
			Сахар	8.25	11								
			Мука пшеничная	16.5	22								
			Яйцо	8.25	11								
			Масло сливочное	7.5	10								
Бутерброды с повидлом, т/к № 382	40	40	Хлеб пшеничный/ржаной	15	15	1.27	1.27	4	4	20.6	20.6	123.6	123.6
			Масло сливочное	5	5								
			Повидло	20.2	20.2								
Кофейный напиток с молоком, т/к № 287	200	200	Кофейный напиток	2	2	1.4	1.4	1.6	1.6	17.35	17.35	89.32	89.32
			Молоко/вода	50/170	50/170								
			Сахар	15	15								
яблоко	200	100	яблоко	200	100	0.8	0.4	-	-	18	9	88	44
Итого						**27.83**	**35.56**	**12.96**	**15.42**	**80.86**	**80.17**	**564.32**	**608.14**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**36%**	**39.5 %**	**16.4%**	**16.8 %**	**26%**	**22%**	**25%**	**23%**
обед													
Овощи отварные: свекла, т/к № 248	100	100	свекла Масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Суп картофельный с крупой и рыбой, т/к № 71	200	250	рыба	20.8	26	4.97	6.22	6.56	8.21	14.71	18.39	136.78	170.98
			Картофель	80	100								
			Крупа	4	5								
			Морковь	10	12.5								
			Лук	9.6	12								
			Масло растит	2	2.5								
			Вода	140	175								
Рагу из птицы, т/к № 214	150	200	курица	62.9	84.3	13.07	17.53	16.65	22.33	15.47	20.74	262.29	351.78
			Масло растительное	5.1	6.8								
			Картофель	91	122								
			Морковь	17.85	23.94								
			Томат-пюре	5.1	6.84								
			лук	10.2	13.68								
			Мука пшеничная	0.85	1.14								
Чай с лимоном, т/к № 294	200	200	Чай	0,1	0,1	0.07	0.07	0.01	0.01	15.31	15.31	61.62	61.62
			Вода	150	150								
			Сахар	15	15								
			Лимон	8	8								
Хлеб	100	100	Хлеб пшенич/ржан	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Итого						**27,37**	**32.91**	**27,17**	**31.9**	**102,21**	**108.89**	**960,51**	**1036.28**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**35,55 %**	**36.5 %**	**36,58 %**	**34.6 %**	**33,19 %**	**30%**	**42,67 %**	**39%**
Всего за день						**51.71**	**68.47**	**49,92**	**47.32**	**183,07**	**189.06**	**1524,83**	**1644.42**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**71,55 %**	**76%**	**52,98 %**	**51%**	**59,19 %**	**52.5 %**	**67,67 %**	**62.5%**

11 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша манная молочная жидкая, т/к № 107	150/3.75	200/5	Крупа манная	22.5	31	4.65	6.2	6.03	8.05	23.31	31.09	166.5	222.02
			Молоко/вода	79.5/52.5	106/70								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Чай с сахаром, т/к № 299	200	200	Чай	0.1	0.1	-	-	-	-	14.66	14.66	60	60
			Сахар	15	15								
Хлеб	30	50	Хлеб пшеничный/ржаной	30	50	1.8	3.3	0.36	0.6	10.26	17.1	108	180
Йогурт	90	90	Йогурт	90	90	3.3	3.3	3.7	3.7	3.6	3.6	67	67
Итого						**14.13**	**14.65**	**19,2**	**20.23**	**76,23**	**92.71**	**787,82**	**711.56**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**18,8%**	**16%**	**24,30%**	**22%**	**24,75%**	**25.7%**	**35%**	**27%**
обед													
Овощи отварные: морковь, т/к № 248	100	100	Морковь свежая масло растительное	1365	1365	1,12	1.12	3,75	3.75	6,22	6.22	66,42	66.42
Щи из свежей капусты с картофелем на мясном бульоне (говядина), т/к № 63	200	250	Капуста свежая	55	68.75	1.67	2.09	5.06	6.33	8.5	10.64	86.26	107.83
			Картофель	3.2	40								
			Морковь	10	12.5								
			Лук	10	12.5								
			Петрушка (корень)	3	3.75								
			Бульон говядина	16050	20062								
			Сметана	8	10								
			Масло растительное	4	5								
Каша гречневая рассыпчатая, т/к№ 219	150	180	Гречка	69	82.8	8.73	10.47	5.43	6.5	45	54	263.8	316.56
			Вода	102	122.4								
			Масло сливочное	6.75	8.1								
Тефтели из говядины с рисом , т/к № 202	90	100	Говядина	48.8	61	7.32	9.16	10.82	13.53	7.55	9.44	156.91	196.14
			Вода	5.6	7								
			Рис	4.8	6								
			Лук	19.6	24.5								
			Масло сливочное	8	10								
			Мука пшеничная	4.8	5								
			Соус (в котором тушились)	24	30								
Напиток из шиповника, т/к № 289	200	200	Шиповник (целые плоды)	20	20	0.68	0.68	-	-	21.01	21.01	46.87	46.87
			Вода	230	230								
			Сахар	15	15								
Хлеб	100	100	Хлеб ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	33,2	33.2	174	174
Итого						**27,42**	**31.12**	**26,26**	**31.31**	**151,58**	**161.31**	**963,45**	**1027.82**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**35,61%**	**34.5%**	**33,24%**	**34%**	**49,21**	**44.8%**	**42,8%**	**39%**
Всего за день						**41,55**	**35.68**	**45,46**	**51.54**	**227,81**	**254.02**	**1751,27**	**1739.38**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**53,96%**	**39.6%**	**57,54%**	**56%**	**73,96%**	**70%**	**77,8%**	**66%**

12 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с12-18	Продукты	Масса брутто 7-11	Масса брутто 12-18	Б. 7-11	Б. 12-18	Ж. 7-11	Ж. 12-18	У. 7-11	У. 12-18	К. 7-11	К. 12-18
завтрак													
Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая, т/к № 109 (на молоке)	150/3.75	200/5	Крупа «Геркулес»	22.5	30	4.74	6.33	6.67	8.9	19.11	25.49	155.53	207.38
			Молоко/вода	79.5/52	106.7/69.3								
			Сахар	3.75	5								
			Масло сливочное	3.75	5								
Булочка молочная, т/к № 314	50	50	Мука пшеничная	40	40	1.74	1.74	2.39	2.39	28.5	28.5	158	158
			Дрожжи прессов.	0.48	0.48								
			Молоко	20	20								
			Масло растит.	1.3	1.3								
Масло порция, т/к № 365	7	10	Масло сливочное	7	10	0.07	0.1	5.04	7.2	0.07	0.1	46.2	66
Чай с лимоном, т/к № 294	200	200	Чай	0,1	0,1	0.07	0.07	0.01	0.01	15.31	15.31	61.62	61.62
			Вода	150	150								
			Сахар	15	15								
			Лимон	8	8								
Апельсин	200	100	Апельсин	200	100	1.54	0.8	-	-	16.3	8.15	73.4	36.8
Итого						**8.09**	**9.04**	**14.11**	**18.5**	**79.29**	**77.55**	**494.75**	**529.8**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 25%)						**10.5 %**	**10 %**	**17.8 %**	**20 %**	**25.7 %**	**21.5 %**	**22%**	**20%**
обед													
Лук, термически обработанный, т/к № 24	100	100	Лук свежий	105	105	0,99	0.99	-	-	99	99	49,95	49.95
Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне (говядина), т/к№ 45,	200	250	Горох/фасоль	17	21.25	1.87	2.34	3.1	3.89	10.88	13.61	79.03	98.78
			Лук	10	12.5								
			Морковь	10	12.5								
			Петрушка (корень)	2.48	3.1								
			Картофель	54	67.5								
			Бульон говядина	14050	17562								
			Масло сливочное	4	5								
Капуста, тушеная с морковью в молоке, т/к № 236	150	180	Капуста свежая	123	147.6	3.63	4.35	4.27	5.13	13.23	15.87	105.73	132.16
			Морковь свежая	66	79.2								
			Молоко	30	36								
			Сахар	1.5	1.8								
			Мука пшеничная	3	3.6								
			Масло сливочное	4.5	5.4								
Птица тушеная, т/к № 213 с соусом	90	100	Цыплята потрошен	52.2	65.3	12.56	15.7	7.52	9.4	2.64	3.3	135.2	169

томатным, т/к№ 265			ые										
			Соус томатный:	24	30								
			Вода	12	15								
			Мука пшеничная	1.2	1.5								
			Масло сливочное	1.2	1.5								
			Томат-пюре	3.6	4.5								
			Сахар	0.4	0.54								
						0.12	0.16	0.88	1.1	1.25	1.57	13.47	16.8
Напиток «Витошка», т/к № 1	200	200	Витошка	20	20	0	0	0	0	19.4	19.4	78	78
Хлеб	100	100	Хлеб пшени/ржаной	100	100	6,6	6.6	1,2	1.2	34,2	34.2	360	360
Итого						**21,13**	**22.3**	**25,49**	**27.51**	**99.32**	**209,63**	**1035,88**	**1053.94**
Потребность в пищевых веществах и энергии						**77**	**90**	**79**	**92**	**308**	**360**	**2251**	**2628**
Процент обеспеченности (норма 35%)						**27,44%**	**24.7;**	**32,27%**	**30%**	**68,06%**	**33%**	**46,02%**	**40%**
Всего за день						**35,53**	**31.34**	**39.60**	**46.01**	**287,18**	**197.82**	**1530,63**	**1583.74**
Процент обеспеченности (норма 60%)						**37,94%**	**34.8%**	**50,07%**	**50%**	**93,76%**	**55%**	**68,02%**	**60%**