

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат 10e15fd7471106552e20c713dc664840b99febde

Владелец Малофеева Ольга Вячеславовна,

Малофеева Ольга Вячеславовна,
ДИРЕКТОР

Действителен с 20.03.2024 по 13.06.2025

Утверждаю
Директор МОУ «СОШ № 2 р.п. Дергачи»
_____ О.В. Малофеева

Приказ № 29 от 30.01.2025 г.

Летний оздоровительный лагерь
с дневным пребыванием детей
при МОУ «СОШ № 2 р.п. Дергачи»
Примерное меню на 10 дней
2025год

1 день.

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с 12-18	Продукты	Масса а 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													
Салат из свежих огурцов, т/к № 16	100	100	Огурцы Масло растит	114 10	114 10	0,72	0,72	10,48	10,48	3	3	103.6	103,6
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 «Витощка»	200	200	Витощка	20	20	1.36	1.36	-	-	29.02	29.02	116.19	116.19
			Вода	200	200								
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%

2 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/ржано й	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-поре	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 пшенич/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	215.3 7	229.1 2	1789,9 2	1734.4 6
						47.95 %	44%	45.18 %	43%	69.9 %	63.6 %	79.48 %	66%

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														
Омлет натуральной, т/к №132	150	200	яйцо	75	100	8.49	11.32	26.02	34.7	3.01	4.11	279.37	372.5	
			молоко	46.8	62.5									
			Масло сливочное	5	7									
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									
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 пшенич/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													
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													
Салат из свежих огурцов, т/к № 16	100	100	Огурцы Масло растит	114 10	114 10	0,72	0,72	10,48	10,48	3	3	103,6	103,6
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	113.2 5	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											
Напиток «Витощка», т/к № 1	200	200	Витощка	20	20	0	0	0	0	19.4	19.4	78	78
Хлеб	100	100	Хлеб пшенич/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 с 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 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	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,	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	140	175								
			Кости пищевые	50	62.5								
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	Мясо кур	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 плодовой	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 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													
Салат из свежих огурцов, т/к № 16	100	100	Огурцы Масло растит	114 10	114 10	0,72	0,72	10,48	10,48	3	3	103.6	103,6
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%

7 день

Блюда меню	Выход 7-11	Выход с 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 «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 пшеничная	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											
Кисель «Витюшка»	200	200	Витюшка	20	20	1.36	1.36	-	-	29.02	29.02	116.19	116.19
Хлеб	100	100	Хлеб пшеничный/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%

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
Сыр порция, 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													
Овощи отварные: свекла, т/к № 248	100	100	свекла Масло растительное	136 5	136 5	1,12	1.12	3,75	3,75	6,22	6,22	66,42	66,42
Суп картофельный с клецками на м/к бульоне 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	150	187.5								
			Мясо гов	42	50								
			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	Макаронны	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-поре	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-поре	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 пшен/ржаной	100	100	6,6	6,6	1,2	1,2	34,2	34,2	360	360
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	140/4	175/5								
			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													
Салат из свежих огурцов, т/к № 16	100	100	Огурцы Масло растит	114 10	114 10	0,72	0,72	10,48	10,48	3	3	103,6	103,6
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	160	200								
			Кости пищевые	50	62								
Томат-шоре	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 плодовой	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 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	140	175								
			Масло сливочное	50	62								
Капуста, тушенная 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 тушенная, т/к № 213 с соусом томатным, т/к № 265	90	100	Цыплята потрошенные	52.2	65.3	12.56	15.7	7.52	9.4	2.64	3.3	135.2	169
			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								
Напиток «Витошка», т/к № 1	200	200	Витошка	20	20	0	0	0	0	19.4	19.4	78	78
Хлеб	100	100	Хлеб пшенич/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	46.0 1	287,18	197.8 2	153 0,63	1583.74
Процент обеспеченности (норма 60%)						37,94 %	34.8 %	50,07 %	50%	93,76 %	55%	68, 02 %	60%