Расчет продуктов питания, брутто сырья, в гр.

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 1

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
1	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес"					40						15									250				10					
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
4	Яйцо отварное																										40			
	Итого	50	50	0	0	40	0	0	0	0	0	35	0	8	0	0	0	0	0	0	315	0	0	13	22	0	40	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Груша								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
5	Салат из моркови с сыром							78,5																15		6				
6	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					29	93	54									25								7					
51	Капуста, тушеная с колбасными изделиями			1,7				387				0,8								45					6					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	1,7	0	29	93	520	0	200	0	0,8	0	0	0	0	25	0	0	45	0	0	0	15	13	6	0	0	0	0

	Полдник																														
114	Компот из свежих яблок								45.4			15																		
22	Пирожок печеный из дрожжевого теста с овощным фаршем			43				70				3									12				5	5,7	5			1,7
	Итого	0	0	43	0	0	0	70	45.4	0	0	18	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0	5	5,7	5	0	0	1,7
	Ужин																														
42	Огурцы свежие							128																						
83	Тефтели рыбные	15		9				20											132		22					8				
71	Соус сметанный с томатом			2				2															4		2					
10	Пюре картофельное						238														27				7					
25	Компот из сухофруктов										28	20																		
ГП	Хлеб пшеничный	60																												
ГЛ	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	75	50	11	0	0	238	150	0	0	28	20	0	0	0	0	0	0	132	0	49	0	4	0	9	8	0	0	0	0
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												8	
	Норма специй на весь день																											2		
	Итого за день	205	150	55	0	69	331	740	275	200	28	73,8	0	8	0	0	25	0	132	45	582	0	4	28	49	20	45	2	8	1,7

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 2

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																														
17	Омлет натуральный																				75				14		120			
36	Чай с молоком											20				0,3					50									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	0	0	0,3	0	0	0	0	125	0	0	13	26	0	120	0	0	0
2 завтрак																														
ГП	Яблоко								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
96	Салат из зеленого горошка (кукурузы) с луком репчатым							157																		6				
20	Свекольник с мясом и со сметаной						80	176				2					25						11		8					
76	Птица отварная в соусе молочном с морковью			4				22,3										297			8				4					
24	Макаронные изделия отварные					79																			10					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	4	0	79	80	355	0	200	0	2	0	0	0	0	25	297	0	0	8	0	11	0	22	6	0	0	0	0

	Полдник																														
11	Какао с молоком											20			5.6						65										
12	Запеканка из творога с молоком сгущенным	6				9						12			5.6						10	141	5		8		12				
	Итого	6	0	0	0	9	0	0	0	0	0	32	0	0	5.6	0	0	0	0	0	75	141	5	0	8	0	12	0	0	0	
	Ужин																														
13	Помидоры свежие							128																							
21	Голубцы ленивые					7		98									67								4						
9	Соус сметанный			2																			4		1						
52	Картофель отварной						307																		6						
117	Компот из апельсинов или мандаринов								75			30																			
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	2	0	7	307	226	75	0	0	30	0	0	0	0	67	0	0	0	0	0	4	0	11	0	0	0	0	0	
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																													8	
	Норма специй на весь день																												2		
	Итого за день	196	150	6	0	95	387	581	305	200	0	84	0	0	5.6	0.3	92	297	0	0	414	141	20	13	67	6	132	2	8	0	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 3

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
26	Каша пшенная молочная					35						15									250				10					
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
4	Яйцо отварное																										40			
	Итого	50	50	0	0	35	0	0	0	0	0	35	0	8	0	0	0	0	0	0	315	0	0	13	22	0	40	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Банан								200																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
93	Овощи натуральные соленые							160																						
28	Борщ из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной						37	170				4					25						11		8					
29	Картофельная запеканка с мясом	4					387	22,5									65								19		6			
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	84	50	0	0	0	424	353	0	200	0	4	0	0	0	0	90	0	0	0	0	0	11	0	27	0	6	0	0	0

Полдник																															
31	Чай с лимоном								6			20				0,3														
32	Сырники из творога с молоком сгущенным			7		20						15									10	136				10	5			
	Итого	0	0	7	0	20	0	0	6	0	0	35	0	0	0	0,3	0	0	0	0	10	136	0	0	0	10	5	0	0	0
Ужин																															
119	Икра кабачковая (промышленного производства)							102																						
33	Котлеты или биточки рыбные	33																	102		32					10				
71	Соус сметанный с томатом			2				2															4		2					
34	Рис отварной					86																			10					
25	Компот из сухофруктов										28	20																		
ГП	Хлеб пшеничный	60																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	93	50	2	0	86	0	104	0	0	28	20	0	0	0	0	0	0	102	0	32	0	4	0	12	10	0	0	0	0
Паужин																															
41	Кисломолочный продукт																				206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												8	
	Норма специй на весь день																											2		
	Итого за день	227	150	9	0	141	424	457	206	200	28	94	0	8	0	0,3	90	0	102	0	563	136	15	13	61	20	51	2	8	0

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 4

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
35	Каша манная молочная					30						15									250				10					
36	Чай с молоком											20				0.3					50									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	30	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0.3	0	0	0	0	300	0	0	13	22	0	0	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Яблоко								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
37	Икра свекольная	60						100				0,9														6				
38	Суп "Харчо" с мясом					12	140	54,8									25								8					
43	Котлеты, биточки, шницели из говядины	90 23						7									93				26				9		1			
15	Капуста тушеная	85		1,6				280				0,6														5				
30	Кисель из концентрата				21							10																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	103	50	1,6	21	12	140	442	0	0	0	11,5	0	0	0	0	118	0	0	0	26	0	0	0	17	11	1	0	0	0

Полдник																															
116	Напиток лимонный								16			24																			
ГП	Конфеты												25																		
ГП	Печенье												55																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	16	0	0	24	80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																															
42	Огурцы свежие							128																							
39	Гуляш			1.8				29									97								5						
10	Пюре картофельное						238														27				7						
ГП	Сок или нектар									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	1.8	0	0	238	157	0	200	0	0	0	0	0	0	97	0	0	0	27	0	0	0	12	0	0	0	0	0	
Паужин																															
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												8		
	Норма специй на весь день																											2			
	Итого за день	213	150	3.4	21	42	378	599	246	200	0	70.5	80	0	0	0.3	215	0	0	0	559	0	0	13	51	11	1	2	8	0	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 5

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
53	Пудинг из творога с молоком сгущенным	4				13					15	11									50	137	4		4,5		10			
31	Чай с лимоном								6			20				0,3														
113	Бутерброд с маслом и джемом или повидлом	50											10												12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	54	50	0	0	13	0	0	6	0	15	31	10	0	0	0,3	0	0	0	0	50	137	4	0	17	0	10	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Апельсин								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
54	Салат из свеклы и моркови							95																		6				
55	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной						57	148									25						11		8					
58	Плов с птицей					80		53										191								10				
25	Компот из сухофруктов										28	20																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	0	0	80	57	296	0	0	28	20	0	0	0	0	25	191	0	0	0	0	11	0	8	16	0	0	0	0

	Полдник																														
ГП	Сок или нектар									200																					
57	Пирожок печенный из дрожжевого теста с фаршем яблочным			43					40			14									12				5	1.7	7			1.7
	Итого	0	0	43	0	0	0	0	40	200	0	14	0	0	0	0	0	0	0	0	12	0	0	0	5	1.7	7	0	0	1.7
	Ужин																														
106	Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным							13												228						5				
70	Тефтели из говядины			7		7		29									79							8						
9	Соус сметанный			2																			4	1						
52	Картофель отварной						307																	6						
11	Какао с молоком											20			5.6						65									
ГП	Хлеб пшеничный	60																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	60	50	9	0	7	307	42	0	0	0	20	0	0	5.6	0	79	0	228	0	65	0	4	0	15	5	0	0	0	0
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												8	
	Норма специй на весь день																											2		
	Итого за день	194	150	52	0	100	364	338	276	200	43	85	10	0	5.6	0.3	104	191	228	0	333	137	19	0	45	23	17	2	8	1.7

Дети 6-18 лет. 24 часовое пребывание

День 6

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
44	Суп молочный с макаронными изделиями					24						13									245				8					
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
4	Яйцо отварное																										40			
	Итого	50	50	0	0	24	0	0	0	0	0	33	0	8	0	0	0	0	0	0	310	0	0	13	20	0	40	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Груша								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
45	Салат из свеклы с зеленым горошком							101																		6				
46	Суп картофельный с мясными фрикадельками						144	33.4									46								7		3			
48	Рагу овощное с птицей			2			238	84										190								9				
30	Кисель из концентрата				21							10																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	2	21	0	382	218	0	0	0	10	0	0	0	0	46	190	0	0	0	0	0	0	7	15	3	0	0	0

Полдник																															
ГП	Сок или нектар									200																					
ГП	Вафли												80																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																															
42	Огурцы свежие							128																							
91	Колбасные изделия отварные с маслом сливочным																			102				5							
10	Пюре картофельное						238														27			7							
36	Чай с молоком											20				0.3					50										1
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	0	0	0	238	128	0	0	0	20	0	0	0	0.3	0	0	0	102	77	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0
Паужин																															
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													8	
	Норма специй на весь день																												2		
	Итого за день	190	150	2	21	24	620	346	230	200	0	63	80	8	0	0.3	46	190	0	102	593	0	0	13	39	15	43	2	8	0	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание																															
День 7																															
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																															
95	Запеканка из творога с молоком сгущенным	10				18						18									30	258	10		10		10			
31	Чай с лимоном								6			20				0,3														
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	60	50	0	0	18	0	0	6	0	0	38	0	0	0	0,3	0	0	0	0	30	258	10	13	22	0	10	0	0	0
2 завтрак																															
ГП	Яблоко								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
66	Икра морковная							99				0,9														6				
109	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					14	47	105									25						11		8					
62	Птица, тушенная в соусе с овощами			5			185	152										190					10		5	8				
25	Компот из сухофруктов										28	20																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	5	0	14	232	356	0	0	28	20,9	0	0	0	0	25	190	0	0	0	0	21	0	13	14	0	0	0	0

	Полдник																														
49	Молоко кипяченое																				210										
63	Оладьи с молоком сгущенным			51								3									67					7	3			1,7
	Итого	0	0	51	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	277	0	0	0	0	7	3	0	0	1,7
	Ужин																														
42	Огурцы свежие							128																							
110	Поджарка из рыбы			10				72												208						8				
10	Пюре картофельное						238														27				7					
ГП	Сок или нектар									200																					
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	10	0	0	0	200	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	208	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0	0	0
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																													8	
	Норма специй на весь день																												2		
	Итого за день	200	150	66	0	32	232	556	236	200	28	61.9	0	0	0	0,3	25	190	208	0	513	258	31	13	35	29	13	2	8	1,7

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 8

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																														
59	Каша рисовая молочная					35						15									250				10					
11	Какао с молоком											20			5.6						65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
4	Яйцо отварное																										40			
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	35	0	0	0	0	0	35	0	0	5.6	0	0	0	0	0	315	0	0	13	22	0	40	0	0	0
2 завтрак																														
ГП	Груша								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
108	Салат из отварной свеклы							96																		6				
61	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом птицы					14	140	51										54							8					
43	Котлеты, биточки, шницели из говядины	23						7									93				26				9		1			
15	Капуста тушеная			1,6				280				0,6														5				
30	Кисель из концентрата				21							10																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	103	50	1,6	21	14	140	434	0	0	0	10,6	0	0	0	0	93	54	0	0	26	0	0	0	17	11	1	0	0	0

Полдник																															
114	Компот из свежих яблок								45,4			15																			
78	Коржик молочный			50								28										10				13	1	4,7			
	Итого	0	0	50	0	0	0	0	45,4	0	0	43	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0	0	0	13	1	4,7	0	0	0
Ужин																															
13	Помидоры свежие							128																							
64	Печень говяжья по-строгановски			3													112						5			9,4				
10	Пюре картофельное						238														27				7					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	60																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	60	50	3	0	0	238	128	0	200	0	0	0	0	0	0	112	0	0	0	27	0	5	0	7	9,4	0	0	0	0
Паужин																															
41	Кисломолочный продукт																				206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												8	
	Норма специй на весь день																											2		
	Итого за день	213	150	55	21	49	378	562	275	200	0	88,6	0	0	5,6	0	205	54	0	0	584	0	5	13	59	21	46	2	8	0

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 9

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																														
73	Омлет натуральный																				75				14		120			
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	0	0	0	0	0	0	20	0	8	0	0	0	0	0	0	140	0	0	13	26	0	120	0	0	0
2 завтрак																														
ГП	Банан								200																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
74	Винегрет овощной						24	87																		6				
75	Суп картофельный с крупой и рыбными консервами					8	140	36											36						8					
21	Голубцы ленивые					7		98									67								4					
9	Соус сметанный			2																			4		1					
24	Макаронные изделия отварные					79																			10					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	2	0	94	164	221	0	200	0	0	0	0	0	0	67	0	36	0	0	0	4	0	23	6	0	0	0	0

	Полдник																														
49	Молоко кипяченое																					210									
120	Блинчики с маслом сгущеным			37								3										114				3	4	8			
	Итого	0	0	37	0	0	0	0	0	0	0	3	0	0	0	0	0	0	0	0	324	0	0	0	3	4	8	0	0	0
	Ужин																														
119	Икра кабачковая (промышленного производства)							102																							
79	Азу			5			334	86									107								8					
25	Компот из сухофруктов										28	20																			
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	5	0	0	334	188	0	0	28	20	0	0	0	0	107	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0	0
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																					206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																													8	
	Норма специй на весь день																												2		
	Итого за день	190	150	44	0	94	498	409	200	200	28	43	0	8	0	0	174	0	36	0	670	0	4	13	52	18	128	2	8	0	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание																														
День 10																														
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																														
80	Каша ячневая молочная					35						15									250				10					
36	Чай с молоком											20				0,3					50									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
4	Яйцо отварное																										40			
	Итого	50	50	0	0	35	0	0	0	0	0	35	0	0	0	0,3	0	0	0	0	300	0	0	13	22	0	40	0	0	0
2 завтрак																														
ГП	Яблоко								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
81	Салат из моркови с зеленым горошком							106																		6				
82	Свекольник с мясом и со сметаной						80	176				2					25						11		8					
110	Поджарка из рыбы			10				72											208							8				
10	Пюре картофельное						238														27				7					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	10	0	0	318	354	0	200	0	2	0	0	0	0	25	0	208	0	27	0	11	0	15	14	0	0	0	0

Полдник																															
117	Компот из апельсинов или мандаринов								75			30																			
69	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			46								5.5									20	46			2	1	8			1.5	
	Итого	0	0	46	0	0	0	0	75	0	0	35.5	0	0	0	0	0	0	0	0	20	46	0	0	2	1	8	0	0	1.5	
Ужин																															
42	Огурцы свежие							128																							
103	Бефстроганов из отварной говядины			3				14.7									103						6		4.5						
111	Каша гречневая рассыпчатая					107																			13						
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
11	Какао с молоком											20			5.6						65										
	Итого	60	50	3	0	107	0	143	0	0	0	20	0	0	5.6	0	103	0	0	0	65	0	6	0	18	0	0	0	0	0	
Паужин																															
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												8		
	Норма специй на весь день																											2			
	Итого за день	190	150	59	0	142	318	497	305	200	0	92,5	0	0	5.6	0,3	128	0	208	0	618	46	17	13	57	15	48	2	8	1.5	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 11

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
87	Каша манная молочная					30						15									250				10					
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	30	0	0	0	0	0	35	0	8	0	0	0	0	0	0	315	0	0	13	22	0	0	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Груша								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
88	Салат из моркови							90				2														8				
	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы			13			93	57										54			20				10		4			
91	Колбасные изделия отварные с маслом сливочным																			102					5					
15	Капуста тушеная			1,6				280				0,6														5				
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	15	0	0	93	427	0	200	0	2.6	0	0	0	0	0	54	0	102	20	0	0	0	15	13	4	0	0	0

	Полдник																														
25	Компот из сухофруктов										28	20																			
105	Расстегай с рыбой			43		5		5,3				3							30		12				6,3	1,7	2			1,7
	Итого	0	0	43	0	5	0	5,3	0	0	28	23	0	0	0	0	0	0	30	0	12	0	0	0	6,3	1,7	2	0	0	1,7
	Ужин																														
118	Томаты в собственном соку							82																							
94	Жаркое по-домашнему						378	42									107									8					
16	Чай с сахаром											20				0,3															
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	0	0	0	378	124	0	0	0	20	0	0	0	0,3	107	0	0	0	0	0	0	0	0	8	0	0	0	0	
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206										
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли на весь день																												8		
	Норма специй на весь день																											2			
	Итого за день	190	150	57	0	35	471	556	230	200	28	80,6	0	8	0	0,3	107	54	30	102	553	0	0	13	43	23	6	2	8	1,7	

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 12

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
95	Запеканка из творога с молоком сгущенным	10		18								18									30	258	10		10		10			
36	Чай с молоком											20				0,3					50									
113	Бутерброд с маслом и джемом или повидлом	50											10												12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	60	50	18	0	0	0	0	0	0	0	38	10	0	0	0,3	0	0	0	0	80	258	10	0	22	0	10	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Апельсин								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
19	Салат из соленых огурцов с луком репчатым							93																		6				
97	Борщ с фасолью, картофелем и мясом						47	151				2					25								8					
98	Рыба, тушеная с овощами							48				2							132							6				
10	Пюре картофельное						238														27				7					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	0	0	0	285	292	0	200	0	4	0	0	0	0	25	0	132	0	27	0	0	0	15	12	0	0	0	0

Полдник																																
49	Молоко кипяченое																					210										
ГП	Пряники												80																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	80	0	0	0	0	0	0	0	210	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																																
13	Помидоры свежие							128																								
99	Плов с мясом					80		53									100									10						
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65											
ГП	Хлеб пшеничный	60																														
ГП	Хлеб ржаной		50																													
	Итого	60	50	0	0	80	0	181	0	0	0	20	0	8	0	0	100	0	0	0	65	0	0	0	0	10	0	0	0	0	0	0
Паужин																																
41	Кисломолочный продукт																				206											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																														8	
	Норма специй на весь день																													2		
	Итого за день	200	150	18	0	80	285	473	230	200	0	62	90	8	0	0,3	125	0	132	0	588	258	10	0	37	22	10	2	8	0		

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание

День 13

№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (штук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
	Завтрак																													
100	Суп молочный с крупой					18						15									245				3					
11	Какао с молоком											20			5,6						65									
113	Бутерброд с маслом и джемом или повидлом	50											10												12					
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	18	0	0	0	0	0	35	10	0	5,6	0	0	0	0	0	310	0	0	0	15	0	0	0	0	0
	2 завтрак																													
ГП	Груша								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Обед																													
101	Салат из свеклы с сыром и чесноком							78,5																15		6				
102	Суп из овощей с мясом						97	105									25								8					
33	Котлеты или биточки рыбные	33																	102		32					10				
9	Соус сметанный			2																			4		1					
104	Рис отварной					86																			10					
ГП	Сок или нектар									200																				
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	113	50	2	0	86	97	184	0	200	0	0	0	0	0	0	25	0	102	0	32	0	4	15	19	16	0	0	0	0

Полдник																															
114	*Компот из свежих яблок*								*45,4*			*15*																			
92	*Булочка дорожная*			*58*								*12*									*31*				*17*	*1*	*5*			*1,5*
	Итого	*0*	*0*	*58*	*0*	*0*	*0*	*0*	*45,4*	*0*	*0*	*27*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*31*	*0*	*0*	*0*	*17*	*1*	*5*	*0*	*0*	*1,5*
Ужин																															
106	*Сельдь с луком репчатым и с маслом растительным*							*13*											*228*							*5*					
52	*Картофель отварной*						*307*																		*6*						
7	*Колбаса (порциями)*																			*102*											
25	*Компот из сухофруктов*										*28*	*20*																			
ГП	*Хлеб пшеничный*	*60*																													
ГП	*Хлеб ржаной*		*50*																												
	Итого	*60*	*50*	*0*	*0*	*0*	*307*	*13*	*0*	*0*	*28*	*20*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*228*	*102*	*0*	*0*	*0*	*0*	*6*	*5*	*0*	*0*	*0*	*0*
Паужин																															
41	*Кисломолочный продукт*																				*206*										
	Итого	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*206*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*	*0*
	Норма соли на весь день																													*8*	
	Норма специй на весь день																												*2*		
	Итого за день	*223*	*150*	*60*	*0*	*104*	*404*	*197*	*275*	*200*	*28*	*82*	*10*	*0*	*5,6*	*0*	*25*	*0*	*330*	*102*	*579*	*0*	*4*	*15*	*57*	*22*	*5*	*2*	*8*	*1,5*

Дети 6-18 лет, 24 часовое пребывание																															
День 14																															
№ ТК	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Мука картофельная (кисель из концентрата)	Крупы, бобовые, макаронные изделия	Картофель	Овощи	Фрукты свежие	Соки, нектары	Фрукты сухие	Сахар	Кондитерские изделия	Кофе (кофейный напиток)	Какао	Чай	Мясо	Птица	Рыба (сельдь)	Колбасные изделия	Молоко, кисломолочные продукты	Творог	Сметана	Сыр	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо (шпук)	Специи	Соль	Дрожжи
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
Завтрак																															
107	Каша молочная "Дружба"					35						15									250				10					
2	Кофейный напиток с молоком											20		8							65									
18	Бутерброд с маслом и сыром	50																						13	12					
4	Яйцо отварное																										40			
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	50	50	0	0	35	0	0	0	0	0	35	0	8	0	0	0	0	0	0	315	0	0	13	22	0	40	0	0	0
2 завтрак																															
ГП	Яблоко								230																					
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	230	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																															
60	Салат из белокочанной капусты с морковью	Выпечка						93																		6				
67	Рассольник ленинградский с мясом и со сметаной					6	134	64									25						11		8					
8,9	Рыба, тушеная в сметанном соусе			4				49											126				8		8					
10	Пюре картофельное						238														27				7					
30	Кисель из концентрата				21							10																		
ГП	Хлеб пшеничный	80																												
ГП	Хлеб ржаной		50																											
	Итого	80	50	4	21	6	372	206	0	0	0	10	0	0	0	0	25	0	126	0	27	0	8	0	23	6	0	0	0	0

	Полдник																														
ГП	Сок или нектар									200																					
ГП	Конфеты												25																		
ГП	Печенье												55																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	200	0	0	80	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Ужин																														
42	Огурцы свежие							128																							
70	Тефтели из говядины			7		7		29									79							8						
86	Рагу овощное			4			134	105															8		2	7				
36	Чай с молоком											20				0.3					50									
ГП	Хлеб пшеничный	60																													
ГП	Хлеб ржаной		50																												
	Итого	60	50	11	0	7	134	262	0	0	0	20	0	0	0	0.3	79	0	0	0	50	0	8	0	10	7	0	0	0	0
	Паужин																														
41	Кисломолочный продукт																				206									
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	206	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли на весь день																												8		
	Норма специй на весь день																											2			
	Итого за день	190	150	15	21	48	506	468	230	200	0	65	80	8	0	0.3	104	0	126	0	598	0	16	13	55	13	40	2	8	0