

СОГЛАСОВАНО:  
зам. Начальника МТОУ Роспотребнадзора №3

по Ставропольскому краю

  
(Потова О.А.)  
Апрель 2024г.

Перспективное десятидневное меню

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ООО "НВ - Групп"  
(Редькина В.В.)  
Апрель 2024г.

рационал питания (завтрак, обед) для обеспечения питанием детей 7-11 лет в пришкольном летнем оздоровительном лагере с дневным пребыванием.


СОГЛАСОВАНО:  
Директор Г имназия МБОУ СОШ №1 г.  
Новолаповска:

  
(Мельниченко И.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №4" ст.  
Зольская

  
(Шуткова М.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "Новолаповская  
СОШ №2  
и.о. Директора МБОУ "СОШ №5" ст.  
Марьинской

  
(Масюкова Т.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №7" п.  
Коммаляк

  
(Блюхина А.П.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №8" с.  
Горнозаводского

  
(Жуплинова В.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №10" с.  
Орловки

  
(Сердюк В.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №13" г.  
Новолаповска

  
(Моисеева В.В.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "Новолаповская  
СОШ №33"  
(Кудрявцева Е.П.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБУ ДО КМО СК ДДТ  
(В.А. Совершеннова)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
и.о. Директора МБУ ДО КМО СК "СШ"  
(О.М. Царанок)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №6" п.  
Комсомольск

  
(Пешина И.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МБОУ "СОШ №9" ст.  
Старолаповской

  
(Наседко В.А.)  
Апрель 2024г.

СОГЛАСОВАНО:  
Директор МКОУ "СОШ №18" п.  
Фазанный

  
(Крышкина О.И.)  
Апрель 2024г.







	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/90	180	17,55	8,91	6,84	189,00	№229 сб. 2017г.	0,09	6,71	10,48	70,33	291,94	87,35	1,53
	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150/5	155	2,98	5,85	20,65	155,00	№125 сб. 2017г.	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30,00	1,21
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
<b>Итого за обед:</b>		<b>855,00</b>	<b>855,00</b>	<b>26,86</b>	<b>19,93</b>	<b>86,91</b>	<b>653,60</b>		<b>0,46</b>	<b>34,95</b>	<b>50,00</b>	<b>164,21</b>	<b>458,67</b>	<b>151,53</b>	<b>6,47</b>
<b>Итого за 2 день:</b>		<b>1397,00</b>	<b>1397,00</b>	<b>48,85</b>	<b>50,29</b>	<b>174,70</b>	<b>1426,98</b>		<b>0,65</b>	<b>42,04</b>	<b>154,30</b>	<b>277,93</b>	<b>618,25</b>	<b>197,45</b>	<b>10,18</b>
<b>Неделя 1</b>															
<b>День 3</b>															
<b>Завтрак:</b>	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	200/20	220	24,84	18,79	47,60	459,00	№223 сб. 2017г.	0,10	0,80	110,50	332,49	365,76	45,14	1,09
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 сб. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Печенье (1 шт в инд.упаковке)	шт	30	4,00	6,50	33,50	210,00		0,04	0,00	9,00	12,00	0,00	0,00	1,35
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>510,00</b>	<b>510,00</b>	<b>34,29</b>	<b>28,21</b>	<b>111,81</b>	<b>840,10</b>		<b>0,21</b>	<b>2,10</b>	<b>139,50</b>	<b>476,27</b>	<b>455,76</b>	<b>59,14</b>	<b>2,90</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с бобовыми (горохом тушеным)	200	200	4,39	4,22	13,23	118,60	№102 сб. 2017г.	0,18	4,66	0,00	34,14	70,48	28,46	1,64
	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 сб. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 сб. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
<b>Итого за обед:</b>		<b>760,00</b>	<b>760,00</b>	<b>30,43</b>	<b>15,54</b>	<b>118,61</b>	<b>749,40</b>		<b>0,54</b>	<b>20,55</b>	<b>33,60</b>	<b>136,61</b>	<b>365,35</b>	<b>120,93</b>	<b>6,33</b>
<b>Итого за 3 день:</b>		<b>1270,00</b>	<b>1270,00</b>	<b>64,72</b>	<b>43,75</b>	<b>230,42</b>	<b>1589,50</b>		<b>0,75</b>	<b>22,65</b>	<b>173,10</b>	<b>612,89</b>	<b>821,11</b>	<b>180,08</b>	<b>9,23</b>
<b>Неделя 1</b>															
<b>День 4</b>															
<b>Завтрак:</b>	Каша жидкая молочная (из рисовой крупы с маслом сливочным и сахаром)	150/5/5	160	3,48	7,31	29,59	198,41	№182 сб. 2017г.	0,04	0,80	39,55	88,91	94,19	20,54	0,34
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Фруктурт Йогурт фруктовый 2,5% (1 шт в инд.упаковке)	115	115	3,8	2,88	15,3	102,35	ТУ	0,09	11,02	0,27	10,12	27,6	3,04	0,55
<b>Итого за завтрак:</b>		<b>520,00</b>	<b>520,00</b>	<b>16,59</b>	<b>19,30</b>	<b>74,65</b>	<b>539,26</b>		<b>0,31</b>	<b>12,06</b>	<b>117,82</b>	<b>142,53</b>	<b>274,59</b>	<b>35,48</b>	<b>1,80</b>
<b>Обед:</b>	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№82 сб. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98



	Тертели 1-й вариант	90/30	110	9,12	10,1	12,06	176,23	№278 с6. 2017г.	0,07	0,88	40,22	45,27	110,03	22,28	0,99
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№128 с6. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 с6. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		<b>789,00</b>	<b>789,00</b>	<b>18,53</b>	<b>24,17</b>	<b>93,64</b>	<b>683,05</b>		<b>0,44</b>	<b>34,19</b>	<b>91,89</b>	<b>197,28</b>	<b>316,25</b>	<b>109,44</b>	<b>5,99</b>
Итого за 4 день:		<b>1309,00</b>	<b>1309,00</b>	<b>35,12</b>	<b>43,47</b>	<b>168,29</b>	<b>1222,31</b>		<b>0,75</b>	<b>46,25</b>	<b>209,71</b>	<b>339,81</b>	<b>590,84</b>	<b>144,92</b>	<b>7,79</b>
Неделя 1 День 5															
Завтрак:	Икра кабахковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 с6. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Макаронные отварные с сыром	150/6/24	180	10,16	11,94	25,58	250,80	№204 с6. 2017г.	0,06	0,17	86,40	221,40	151,56	15,24	0,92
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50		0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Какао с молоком	200	200	4,08	3,54	17,58	118,60	№382 с6. 2017г.	0,06	1,59	24,40	152,22	124,56	21,34	0,48
	Фрукты свежие (яблоко)	шт	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 с6. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
Итого за завтрак:		<b>590,00</b>	<b>590,00</b>	<b>17,72</b>	<b>19,02</b>	<b>74,30</b>	<b>543,10</b>		<b>0,21</b>	<b>17,39</b>	<b>117,47</b>	<b>407,71</b>	<b>312,36</b>	<b>54,93</b>	<b>4,63</b>
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 с6. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с крупой (рисовой)	200	200	1,58	2,17	9,69	68,60	№101 с6. 2017г.	0,07	6,60	0,00	21,36	44,78	18,22	0,70
	Котлеты, биточки, шницели.	90	90	13,50	19,80	11,72	281,46	№268 с6. 2017г.	0,06	0,28	36,66	35,30	154,48	45,64	2,30
	Каша рассыпчатая (гречневая) (с маслом сливочным)	150/5	155	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 с6. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	135,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 с6. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		<b>765,00</b>	<b>765,00</b>	<b>27,95</b>	<b>28,80</b>	<b>110,17</b>	<b>820,81</b>		<b>0,52</b>	<b>13,43</b>	<b>36,66</b>	<b>122,35</b>	<b>456,76</b>	<b>225,32</b>	<b>10,77</b>
Итого за 5 день:		<b>1355,00</b>	<b>1355,00</b>	<b>45,66</b>	<b>47,82</b>	<b>184,47</b>	<b>1363,91</b>		<b>0,73</b>	<b>30,81</b>	<b>154,13</b>	<b>530,06</b>	<b>769,12</b>	<b>280,25</b>	<b>15,40</b>
Неделя 2 День 6															
Завтрак:	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	180/5	185	5,61	5,96	28,19	188,60	№230 с6. 2021г.	0,07	1,25	36,28	123,45	110,46	18,41	0,42
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 с6. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Масло сливочное 72,5% м.д.ж. (порциями)	10	10	0,08	7,25	0,13	66	№14 с6. 2017г.	0	0	40	3	3	0	0,02
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 с6. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Печенье (1 шт в инд. упаковке)	шт	30	4	6,5	33,5	210		0,04	0	9	12	0	0	1,35
Итого за завтрак:		<b>500,00</b>	<b>500,00</b>	<b>19,00</b>	<b>28,82</b>	<b>91,58</b>	<b>703,10</b>		<b>0,29</b>	<b>1,49</b>	<b>163,28</b>	<b>181,95</b>	<b>266,26</b>	<b>30,31</b>	<b>2,70</b>



Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с фасолью и картофелем	200	200	2,85	4,10	11,34	102,20	№84 сб. 2017г.	0,08	5,36	0,00	43,34	79,60	27,56	1,38
	Рагу из птицы	90/150	240	17,57	14,61	20,85	285,26	№289 сб. 2017г.	0,12	16,05	28,80	39,21	189,39	49,37	2,51
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		<b>760,00</b>	<b>760,00</b>	<b>25,19</b>	<b>19,37</b>	<b>86,43</b>	<b>632,66</b>		<b>0,38</b>	<b>27,79</b>	<b>28,80</b>	<b>151,73</b>	<b>341,60</b>	<b>114,88</b>	<b>6,86</b>
Итого за 6 день:		<b>1260,00</b>	<b>1260,00</b>	<b>44,19</b>	<b>48,19</b>	<b>178,01</b>	<b>1335,76</b>		<b>0,67</b>	<b>29,28</b>	<b>192,08</b>	<b>333,68</b>	<b>607,86</b>	<b>145,19</b>	<b>9,56</b>
Неделя 2															
День 7															
Завтрак:	Икра кабанковая (промышленного производства)	60	60	0,72	2,82	4,62	46,8	№131 сб. 2017 г.	0,02	3,63	6,67	8,89	23,04	7,55	0,26
	Омлет с отварным картофелем	175/5	180	12,42	15,48	12,78	241,2	№276 сб. 2021г.	0,14	8,1	223,2	104,4	221,44	30,6	2,43
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Соки фруктовые и ягодные	200	200	1,00	0,00	20,20	84,80	№389 сб. 2017г.	0,02	4,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты свежие (яблоко)	шт.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64
Итого за завтрак:		<b>590</b>	<b>590,00</b>	<b>16,90</b>	<b>19,02</b>	<b>51,34</b>	<b>499,70</b>		<b>0,25</b>	<b>27,73</b>	<b>229,87</b>	<b>152,49</b>	<b>271,68</b>	<b>56,95</b>	<b>8,46</b>
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Суп картофельный с клецками	200	200	2,85	3,67	15,03	115,40	№108 сб. 2017г.	0,08	4,60	16,84	26,72	57,78	20,28	0,94
	Котлеты "Школьные"	90	90	13,77	9,9	11,97	191,7	№347 сб. 2021г.	0,13	0	27	45	122,4	18,9	1,87
	Картофель отварной (с маслом сливочным)	150/5	155	2,98	5,85	20,65	155,00	№125 сб. 2017г.	0,16	21,29	29,52	20,16	82,36	30,00	1,21
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		<b>795,00</b>	<b>765,00</b>	<b>23,87</b>	<b>20,16</b>	<b>97,77</b>	<b>689,10</b>		<b>0,54</b>	<b>32,44</b>	<b>73,36</b>	<b>142,76</b>	<b>316,11</b>	<b>94,81</b>	<b>7,23</b>
Итого за 7 день:		<b>1385,00</b>	<b>1355,00</b>	<b>40,77</b>	<b>39,18</b>	<b>149,11</b>	<b>1188,80</b>		<b>0,79</b>	<b>60,17</b>	<b>303,23</b>	<b>295,25</b>	<b>587,79</b>	<b>151,76</b>	<b>15,69</b>
Неделя 2															
День 8															
Завтрак:	Завтрак из макарон с творогом	200/10	210	13,70	4,90	40,80	262,00	№285 сб. 2021г.	0,12	0,40	50,00	160,00	199,00	25,00	1,60
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож. Г.СБ. ДОУ. 2012г.	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай с лимоном*	200/7	207	0,13	0,02	15,20	62,00	№377 сб. 2017г.	0,00	2,83	0,00	14,20	4,40	2,40	0,36
	Кондитерское изделие (1 шт в инд упаковке)	шт	45	3,00	9,00	23,00	180,00	№377 сб. 2017г.	0,06	0,1	5,5	9	0,23	2,12	0,52
Итого за завтрак:		<b>522,00</b>	<b>522,00</b>	<b>19,11</b>	<b>14,16</b>	<b>93,76</b>	<b>574,50</b>		<b>0,21</b>	<b>3,33</b>	<b>55,50</b>	<b>189,20</b>	<b>203,63</b>	<b>29,52</b>	<b>2,81</b>



Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Сул из овощей	200	200	1,27	3,99	7,32	76,20	№99 сб. 2017г.	0,06	8,30	0,00	27,88	39,42	16,60	0,62
	Фрикадельки из бройлер-цыплят	90	90	11,72	16,25	6,62	219,28	№297 сб. 2017г.	0,04	1,74	49,42	43,58	74,26	12,54	0,90
	Рис припущенный (с маслом сливочным)	150/5	155	3,64	4,30	36,67	199,95	№305 сб. 2017г.	0,03	0,00	0,00	2,42	60,60	19,01	0,52
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Кисель из сока плодового	200	200	0,31	0,00	39,40	160,00	№358 сб. 2017г.	0,01	2,40	0,00	22,46	18,50	7,26	0,19
Итого за обед:		<b>755,00</b>	<b>755,00</b>	<b>21,05</b>	<b>25,12</b>	<b>112,25</b>	<b>767,83</b>		<b>0,29</b>	<b>18,09</b>	<b>49,42</b>	<b>133,03</b>	<b>241,95</b>	<b>75,90</b>	<b>4,49</b>
Итого за 8 день:		<b>1277,00</b>	<b>1277,00</b>	<b>40,16</b>	<b>39,28</b>	<b>206,01</b>	<b>1342,33</b>		<b>0,50</b>	<b>21,42</b>	<b>104,92</b>	<b>322,23</b>	<b>445,58</b>	<b>105,42</b>	<b>7,30</b>
Неделя 2 День 9															
Завтрак:	Плов из птицы	90/150	240	21,62	10,74	43,74	358,4	№291 сб. 2017г.	0,18	7,84	33,6	43,31	227,2	64,72	2,24
	Хлеб пшеничный	60	60	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Чай*	200	200	0,07	0,02	15,00	60,00	№376 сб. 2017г.	0,00	0,03	0,00	11,10	2,80	1,40	0,28
	Вафли (1 шт. в индивидуальной упаковке)	шт	18	0,9	4,97	11,61	94,86	ГОСТ	0,03	0	0	4	0	0	0,22
Итого за завтрак:		<b>518,00</b>	<b>518,00</b>	<b>24,87</b>	<b>15,97</b>	<b>85,11</b>	<b>583,76</b>		<b>0,24</b>	<b>7,87</b>	<b>33,60</b>	<b>64,41</b>	<b>230,00</b>	<b>66,12</b>	<b>3,07</b>
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/4	204	1,44	3,94	8,74	83,00	№62 сб. 2017г.	0,04	8,54	0,00	39,78	43,68	20,90	0,98
	Биточки рыбные	90	90	10,70	12,56	13,08	207,82	№234 сб. 2017г.	0,06	0,82	40,42	53,15	137,48	21,26	1,08
	1 вариант - Картофель отварной 2 вариант - Картофельное пюре *	150/5	155	3,20	9,46	18,59	178,62	№125/ №128 сб. 2017г.	0,15	18,39	51,67	43,05	89,93	28,31	1,06
	Хлеб пшеничный	20	20	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из смеси сухофруктов	200	200	0,66	0,09	32,01	132,80	№349 сб. 2017г.	0,02	0,73	0,00	32,48	23,44	17,46	0,70
Итого за обед:		<b>759,00</b>	<b>759,00</b>	<b>20,11</b>	<b>26,62</b>	<b>94,66</b>	<b>714,64</b>		<b>0,43</b>	<b>34,13</b>	<b>92,09</b>	<b>205,16</b>	<b>343,70</b>	<b>108,42</b>	<b>6,08</b>
Итого за 9 день:		<b>1277,00</b>	<b>1277,00</b>	<b>44,98</b>	<b>42,59</b>	<b>179,77</b>	<b>1298,40</b>		<b>0,67</b>	<b>42,00</b>	<b>125,59</b>	<b>269,57</b>	<b>573,70</b>	<b>174,54</b>	<b>9,15</b>
Неделя 2 День 10															
Завтрак:	Каша вязкая молочная из риса и пшена (с маслом сливочным и сахаром)	150/5/5	160	4,15	7,62	29,63	204,55	№175 сб. 2017г.	0,07	0,65	37,37	91,15	106,85	25,38	0,57
	Сыр Российский (порциями)	15	15	6,96	8,85	0	108	№15 сб. 2017 г.	0,15	0,21	78	26,4	150	10,5	0,3
	Хлеб пшеничный	30	30	2,28	0,24	14,76	70,50	Прилож Г.СБ ДЮУ. 2012г	0,03	0,00	0,00	6,00	0,00	0,00	0,33
	Кофейный напиток с молоком	200	200	3,17	2,68	15,95	100,60	№379 сб. 2017г.	0,04	1,30	20,00	125,78	90,00	14,00	0,13
	Фрукты свежие (яблоко)	шт	120	0,48	0,48	11,76	56,40	№338 сб. 2017г.	0,04	12,00	0,00	19,20	13,20	10,80	2,64

Итого за завтрак:		525,00	525,00	17,04	19,87	72,10	540,05		0,33	14,16	135,37	268,53	360,05	60,68	3,97
Обед:	Овощи натуральные свежие (помидоры или огурцы)	60	60	0,61	0,06	2,38	13,20	№71 сб. 2017г.	0,09	5,65	0,00	22,20	49,17	20,49	0,87
	Рассольник Ленинградский	200	200	1,62	4,07	9,58	85,80	№96 сб. 2017г.	0,07	6,70	0,00	23,32	45,38	19,34	0,74
	Зразы ругленые (с соусом сметанным с томатом)	90/20	110	8,70	11,16	11,34	180,90	№274 сб. 2017г.	0,05	1,54	22,44	36,78	113,66	22,82	6,07
	Каша рассыпчатая (гречневая) с маслом сливочным	150	150	8,60	6,09	38,64	243,75	№302 сб. 2017г.	0,21	0,00	0,00	14,82	203,93	136,83	4,56
	Хлеб пшеничный	30	30	1,52	0,16	9,84	47,00	Прилож. Г.С.Б. ДДУ. 2012г.	0,02	0,00	0,00	4,00	0,00	0,00	0,22
	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	30	30	1,98	0,36	10,02	52,20	Прилож. Г.С.Б. ДДУ. 2012г.	0,05	0,00	0,00	10,50	0,00	0,00	1,17
	Компот из свежих плодов	200	200	0,16	0,16	27,88	114,60	№342 сб. 2017г.	0,01	0,90	0,00	14,18	4,40	5,14	0,95
Итого за обед:		780,00	780,00	23,19	22,06	109,69	737,45		0,51	14,79	22,44	125,80	416,54	203,62	14,58
Итого за 10 дней:		1305,00	1305,00	40,23	41,93	181,79	1277,50		0,83	28,96	157,80	394,33	776,59	264,30	18,55
	Всего за 10 дней			446,13	443,98	1837,70	13393,26		7,08	355,76	1726,98	3708,59	6542,24	1850,40	116,22
	Итого за 1 день пищевых веществ:			44,61	44,40	183,77	1339,33		0,71	35,58	172,70	370,86	654,22	185,04	11,62

Проводится ежедневная С-витаминизация третьих блюд

- \* - 1 вариант - Картофель отварной Применяется при отсутствии на пищеблоке противочумной машины
- 2 вариант - Картофельное пюре Применяется при наличии на пищеблоке противочумной машины

**При составлении использовать:**

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет оздоровительных учреждений Пермь 2012г. Под ред. А.Я. Перевалов  
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт г. Москва 2017 г. Под ред М.Л. Мосильный  
Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий Пермь 2021г. под ред. А.Я. Перевалов