

Приложение к приказу ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»
от 26.04.2024 № 1325-ОД

УТВЕРЖДАЮ
Генеральный директор
ГБНОУ «СПБ ГДТЮ»



М.Р. Катунова

_____.2024г.

ПРИМЕРНОЕ ДВАДЦАТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

**для Загородного центра детско-юношеского творчества
«Зеркальный» (ДОЛ - возрастная группа 11-17 лет)
Государственного бюджетного нетипового образовательного учреждения
«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»**

(на период летней оздоровительной кампании)

СОГЛАСОВАНО
И.о. директора
ЗЦ ДЮТ «Зеркальный»

А.В. Яковлев

_____.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Сборник рецептов	
			Белки	Жиры	Углевод ы		год	№ рецептуры
Неделя 1								
День 1								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша жидкая манная	200	6,00	8,30	27,60	209,00	2004	311
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	т/к	6
	Батон нарезной обогащенный	30	2,30	0,90	15,40	79,00	т/к	4
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2
Итого за завтрак 1		600	17,43	23,25	94,18	676,00		
Обед:	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	100	3,20	16,20	12,10	208,00	2008	49
	Суп картофельный с бобовыми	300	7,68	5,40	22,32	169,00	2004	139
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,20	0,20	15,80	74,00	2004	551/1
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	15	3,15	2,04	0,00	32,00	т/к	15
	Птица, тушенная в соусе (индейка)	90/40	13,80	12,70	3,32	182,00	1996	444
	Каша рассыпчатая гречневая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - черешня	125	0,37	0,00	10,75	56,00	т/к	13
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1195	43,17	44,25	191,80	1367,00		
Полдник:	Коржи молочные	70	4,11	19,51	19,41	260,00	2004	806
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - абрикос	100	0,30	0,00	9,60	40,00	т/к	12
Итого за полдник		370	5,41	19,71	48,81	386,00		
Ужин:	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	5
	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Рыба отварная	130	23,66	0,78	0,00	101,40	2004	396
	Соус польский	30	0,78	7,02	0,96	70,00	2004	606
	Картофельное пюре с морковью	250	5,05	5,65	31,95	198,00	2004	181
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	т/к	11
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		865	45,41	19,46	118,27	832,40		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за первый день:		3230	117,02	111,67	471,06	3401,4		

День 2								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Помидор свежий	80	0,88	0,16	3,04	18,00	т/к	17
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Батон нарезной обогащенный	30	2,30	0,90	15,40	79,00	т/к	4
Итого за завтрак 1		720	23,93	36,86	73,39	732,00		
Обед:	Редис с маслом	100	1,10	10,10	3,10	108,00	2004	29
	Щи из квашеной капусты с картофелем и сметаной	300/10	1,94	5,84	8,09	92,00	2015	77
	Мясные изделия для 1 блюда (говядина)	10	2,52	1,68	0,00	26,00	т/к	90
	Сердце в соусе	90/40	10,40	3,25	4,16	116,00	1996	406
	Макаронные изделия отварные	200	7,22	6,20	41,16	250,00	2004	332
	Компот из консервированных фруктов	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1075	31,95	29,18	154,98	1035,40	
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21
Итого за полдник		420	12,9	17,5	53,45	492,00		
Ужин:	Бутерброд с с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Рагу из птицы (индейка)	250/100	35,00	27,20	33,80	520,00	2004	489
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Булочка "Веснушка"	70	5,04	4,20	38,08	212,00	2004	773
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
Итого за ужин		834	50,57	35,52	133,79	1059,00		
Ужин 2:	Кефир для детского питания 3,2% в инд. упаковке	210	5,60	6,40	8,20	112,80	т/к	22
Итого за ужин 2		210	5,60	6,40	8,20	113,00		
Итого за второй день:		3259	124,95	125,46	423,81	3431,4		

День 3								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша жидкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	200	6,58	9,68	24,38	210,00	2004	311
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Сухофрукты (изюм)	35	1,75	0,12	19,53	84,00	т/к	47
	Творожок «Тема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
	Батон нарезной обогащенный	30	2,30	0,90	15,40	79,00	т/к	4
Итого за завтрак 1		610	23,48	25,45	104,76	749,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный с рыбой	250/40	7,21	3,00	18,25	130,00	2012	77
	Суфле куриное	110	17,16	17,31	3,37	238,00	2015	327
	Рагу из овощей (с соусом томатным)	200	4,15	16,00	16,30	226,00	2004	224
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		975	34,89	37,42	91,14	845,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусничкой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - виноград	100	0,60	0,17	35,40	72,00	т/к	63
Итого за полдник		360	5,98	4,15	85,86	369,80		
Ужин:	Кукуруза консервированная	100	2,90	2,40	12,00	89,00	т/к	42
	Гуляш из говядины	60/50	14,00	6,50	4,00	130,00	2004	437
	Пюре картофельное	300	6,45	13,65	43,80	327,00	1996	472
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Фрукт - яблоко	100	0,30	0,20	8,60	44,00	т/к	103
	Песочное кольцо	70	5,25	7,78	30,33	289,00	1996	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		1000	37,62	32,84	172,89	1230,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за третий день:		3145	107,97	101,86	463,05	3273,80		

День 4								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Пудинг из творога с молоком сгущеным	210	24,55	16,32	44,58	423,00	2004	362
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	т/к	23
	Батон нарезной обогащенный	30	2,30	0,90	15,40	79,00	т/к	4
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
Итого за завтрак 1		610	34,58	30,07	108,76	862,75		
Обед:	Салат из свежих огурцов	100	0,70	10,10	2,30	103,00	2004	16
	Суп из овощей с курой со сметаной	300/10/5	6,61	5,32	12,63	129,00	2011	99
	Биточки рыбные запеченные	130	12,06	6,64	10,26	218,00	2012	255
	Рис отварной	180	4,44	7,56	39,36	244,00	2004	511/3
	Соус молочный(для подачи к блюдам)	50	1,00	3,10	3,30	45,00	2004	595
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1050	29,38	33,58	123,62	1004,00	
Полдник:	Пряники заварные глазированные	50	2,00	1,50	39,00	175,00	т/к	57
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Фрукт — груша	200	0,30	0,60	50,60	94,00	т/к	64
Итого за полдник		450	8,30	8,50	99,00	389,00		
Ужин:	Сельдь с луком	100	14,20	14,20	3,20	198,00	2004	89
	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Жаркое по-домашнему (из говядины)	330	24,20	35,42	29,48	356,00	2004	436
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	т/к	24
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		857	48,32	52,13	110,84	929,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за четвертый день:		3167	126,18	129,28	460,22	3324,75		

День 5									
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Сыр плавленый (порциями)	19	2,53	3,56	1,41	48,00	т/к	32	
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,20	8,80	35,73	253,00	2004	311	
	Сухофрукты (курага)	35	1,19	0,14	21,80	73,00	т/к		
	Какао с молоком сгущенным	200	2,90	2,50	24,80	134,00	1996	643	
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7	
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2	
	Фрукт - яблоко	120	0,36	0,24	16,80	62,00	т/к	68	
	Итого за завтрак 1		759	22,40	24,38	146,37	878,75		
Обед:	Салат "Полоньский"	100	1,10	10,10	3,70	110,00	2004	24	
	Борщ с капустой и картофелем с говядиной и сметаной	300/15/10	7,63	9,80	15,20	218,00	2012	82	
	Сердце в соусе	90/40	10,40	3,25	4,16	116,00	1996	406	
	Макаронные изделия отварные	200	7,22	6,20	41,16	250,00	2004	332	
	Компот из чернослива	200	0,60	0,20	29,30	124,00	2004	638	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		1280	36,32	31,86	170,39	1186,00		
Полдник:	Булочка "Творожная"	70	8,26	15,59	32,76	202,00	2004	786	
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2008	434	
	Фрукт - киви	120	1,10	0,50	15,00	61,00	т/к	69	
Итого за полдник		390	15,46	21,39	57,86	376,00			
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14	
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	4	
	Рыба, запеченная под молочным соусом	90/40	8,61	9,06	15,06	177	2004	386	
	Картофельное пюре с морковью	300	6,06	6,78	38,00	238,00	2004	181	
	Чай с сахаром	200,0	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685	
	Изделия хлебобулочные "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10	
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7	
	Итого за ужин		965	34,27	27,77	186,31	1019,00		
	Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00			
Итого за пятый день:		3594	114,45	105,6	568,93	3521,75			

День 6								
Завтрак 1:	Сыр (порциями)	15	3,00	3,75	0,00	47,00	2004	97
	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Горошек зеленый консервированный	80	2,40	0,21	5,04	31,00	т/к	40
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	50	5,30	5,65	18,00	144,00	т/к	50
Итого за завтрак 1		607	36,39	40,65	84,99	850,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный	300	2,81	3,40	19,97	121,00	2015	83
	Фрикадельки из кур	25	5,70	3,20	0,20	52,00	2008	70
	Голубцы ленивые	275	27,77	30,52	17,05	462,00	2008	306
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1025	42,45	40,13	99,04	951,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Круассан со сгущенкой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - персик	150	0,41	0,00	11,61	60,00	т/к	67
Итого за полдник		400	5,76	10,45	39,76	356,00		
Ужин:	Редис с огурцами	100	1,00	10,10	2,80	106,00	2004	30
	Картофель в молоке	300	6,72	8,88	37,92	257,00	2004	519/3
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	110	19,98	13,14	18,5	272	2015	322
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		837	36,52	34,43	133,58	988,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за шестой день:		3069	127,12	127,66	365,77	3225		

День 7								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Запеканка из творога	180	31,91	16,33	29,03	400,00	2004	366
	Молоко сгущеное	30	2,16	2,55	16,65	98,00	т/к	26
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Сухофрукты (курага)	30	1,02	0,12	18,69	63,00	т/к	48
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
Итого за завтрак 1		665	48,51	34,54	144,70	1095,75		
Обед:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и курой	300/5/20	6,55	5,26	10,77	121,00	2011	88
	Печень по-строгановски	90/40	21,71	15,55	9,56	265,00	2004	431
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3
	Компот из консервированных фруктов	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Фрукт - яблоко	100	0,29	0,20	8,60	44,00	т/к	103
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1110	38,42	27,37	148,04	998,40	
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
Итого за полдник		460	7,60	6,77	93,93	366,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Бутерброд с рыбными гастрономическими изделиями	80	0,16	8,24	0,42	134,00	1997	10
	Рулет из говядины с яйцом или омлетом (паровой)	110	15,76	13,39	6,24	211,00	2004	460
	Пюре картофельное	150	3,10	5,40	20,30	141,00	2004	520/3
	Свекла, тушенная в сметанном соусе	150	2,90	3,10	16,30	106,00	2004	220
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Итого за ужин		855	27,45	31,15	92,07	818,00	
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за седьмой день:		3290	127,58	104,83	496,74	3418,15		

День 8								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,70	4,90	21,70	155,00	2004	160
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
Итого за завтрак 1		715	21,52	22,64	92,53	678,75		
Обед:	Салат витаминный (2-й вариант)	100	1,50	15,10	8,50	176,00	1996	27/2
	Суп любительский	300	7,68	5,40	22,32	169,00	2008	93
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	10	2,10	1,36	0,00	21,00	т/к	18
	Бифштекс рубленый	110	10,37	11,63	0,21	390,00	2004	448
	Овощи тушеные	200	4,13	7,73	17,47	157,00	2004	526
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Мороженое сливочное в инд. упаковке	70	3,00	13,50	17,10	103,00	т/к	55
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1115	38,15	57,03	142,47	1384,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусничкой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2008	434
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21
Итого за полдник		430	13,03	9,93	76,46	486,80		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Шницель рыбный натуральный	130	19,63	6,37	13,35	188,00	2015	274
	Картофельное пюре с морковью	250	2,62	10,50	29,50	230,00	2004	181
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Зефир	35	0,20	0,00	16,00	129,00	т/к	35
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Итого за ужин		842	31,97	19,28	135,11	912,00	
Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
	Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00	
Итого за восьмой день:		3302	110,67	109,08	454,57	3523,55		

День 9								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Сыр (порциями)	25	5,75	7,42	0,00	91,00	2004	97
	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	200	5,83	7,90	33,11	226,00	2008	190
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Творожок «Тема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
Итого за завтрак 1		580	24,63	26,32	92,96	708,00		
Обед:	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	10,10	3,60	106,00	2004	22
	Рассольник «Ленинградский» с курой и сметаной	300/5/10	3,60	6,90	20,70	159,00	2011	96
	Кнели из кур (паровые)	110	22,00	17,87	6,87	278,00	2004	505
	Макаронные изделия отварные	200	7,22	6,20	41,16	250,00	2004	332
	Кисель из джема	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	647
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1100	42,99	45,78	157,80	1229,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Круассан с клубникой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Фрукт - груша	150	0,46	0,00	20,22	57,00	т/к	65
Итого за полдник		400	10,91	15,55	38,67	380,00		
Ужин:	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Говядина, тушенная с капустой	350	31,17	23,51	14,22	598,00	2004	440
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		759	50,39	33,62	103,68	1123,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за девятый день:		3039	134,92	123,27	401,51	3520		

День 10								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	4,20	8,40	26,00	199,00	2004	311
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Конфета шоколадная	30	1,65	10,80	16,20	168,00	т/к	0
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	50	5,30	5,65	18,00	144,00	т/к	50
Итого за завтрак 1		580	23,89	39,69	109,20	901,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Ши зеленые со сметанной	300/10	3,54	6,82	14,98	129,00	2004	127
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	15	3,15	2,04	0,00	32,00	т/к	15
	Котлеты, биточки, шницели	110	16,50	16,94	13,86	275,00	2004	473
	Каша рассыпчатая гречневая	180	6,77	11,69	33,11	266,00	2004	508/3
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Фрукт - мандарин	75	0,60	0,16	20,66	29,00	т/к	108
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1115	39,93	40,01	167,73	1147,00		
Полдник:	Печенье сахарное	35	2,66	0,28	17,01	83,00	т/к	56
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - слива	150	2,37	0,53	21,25	112,60	т/к	28
Итого за полдник		385	6,03	1,01	58,06	281,60		
Ужин:	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	4
	Рыба, тушеная в томате с овощами	90/40	9,44	4,15	3,56	89,00	2004	396
	Пюре картофельное	250	5,37	11,37	36,50	272,00	2004	520/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		742	29,73	21,33	121,82	804,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за десятый день:		3022	105,18	107,04	474,81	3273,6		
ДНИ			Б,г	Ж,г	У,г	Э,Ц.		
Всего за 1 день:			117,02	111,67	471,06	3401,4		
Всего за 2 день:			124,95	125,46	423,81	3431,4		
Всего за 3 день:			107,97	101,86	463,05	3273,8		
Всего за 4 день:			126,18	129,28	460,22	3324,75		
Всего за 5 день:			114,45	105,6	568,93	3521,75		
Всего за 6 день:			127,12	127,66	365,77	3225		
Всего за 7 день:			127,58	104,83	496,74	3418,15		
Всего за 8 день:			110,67	109,08	454,57	3523,55		
Всего за 9 день:			134,92	123,27	401,51	3520		
Всего за 10 день:			105,18	107,04	474,81	3273,6		
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ			1196,04	1145,75	4580,47	33913,4		
В среднем за 1 день			119,60	114,58	458,05	3391,34		

Неделя 2								
День 11								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Кукуруза консервированная	75	2,18	1,80	9,00	67,00	т/к	43
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Фрукт - черешня	125	0,37	0,00	10,75	56,00	т/к	13
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за завтрак 1		785	30,08	42,25	98,03	929,75		
Обед:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Суп картофельный с горохом	300	6,59	6,32	19,59	162,00	2015	87
	Гренки из пшеничного хлеба	20	2,20	0,20	15,80	74,00	2004	551/1
	Мясные изделия для 1 блюда (говядина)	10	2,52	1,68	0,00	26,00	т/к	90
	Птица отварная	110	23,98	13,42	0,88	220,00	2004	487
	Рис отварной	180	4,44	7,56	39,36	244,00	2004	511/3
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Вафли сливочные	40	3,40	8,80	25,60	196,00	т/к	52
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1035	49,30	39,04	153,50	1168,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - киви	120	1,10	0,50	15,00	61,00	т/к	69
Итого за полдник		400	5,78	6,62	82,69	288,00		
Ужин:	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Бутерброд с рыбными гастрономическими изделиями	80	0,16	8,24	0,42	134,00	1997	10
	Тефтели рыбные (филе трески)	130	15,83	8,5	16,82	213	2004	394
	Картофельное пюре с морковью	250	5,05	5,65	31,95	198,00	2004	181
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Итого за ужин		820	34,86	29,30	123,65	959,00	
Ужин 2:	Кефир для детского питания 3,2% в инд. упаковке	210	5,60	6,40	8,20	112,80	т/к	
Итого за ужин 2		210	5,60	6,40	8,20	112,80		
Итого за одиннадцатый день:		3250	125,62	123,61	466,07	3457,55		

День 12								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша жидкая манная	200	6,00	8,30	27,60	209,00	2004	311
	Джем	10	0,07	0,02	0,65	25,20	т/к	41
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
Итого за завтрак 1		630	19,10	23,72	105,93	755,95		
Обед:	Редис с огурцами	100	1,00	10,10	2,80	106,00	2004	30
	Щи по-уральски (с крупой) и сметаной	300	2,29	5,79	8,82	96,00	2015	78
	Мясные изделия для 1 блюда (говядина)	10	2,52	1,68	0,00	26,00	т/к	90
	Сердце в соусе	90/40	10,40	3,25	4,16	116,00	1996	406
	Макаронные изделия отварные	200	7,22	6,20	41,16	250,00	2004	332
	Компот из консервированных фруктов	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Изделия хлебобулочные "Круассан с клубникой"	50	4,35	10,25	8,35	210,00	т/к	34
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1115	36,55	39,38	163,76	1247,40		
Полдник:	Кольцо песочное	70	5,25	7,78	30,33	289,00	1996	8
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21
Итого за полдник		440	13,80	15,03	75,43	571,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Картофель отварной	150	2,90	4,70	23,50	148,00	2004	203
	Свекла, тушенная в сметанном соусе	120	2,32	2,48	13,04	85,00	2004	220
	Котлеты рубленые из птицы или кролика	130	23,61	15,53	21,87	321	2015	322
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Мороженое сливочное в инд. упаковке	70	3,00	13,50	7,10	103,00	т/к	55
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
Итого за ужин		897	41,75	38,72	143,67	1032,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за двенадцатый день:		3282	117,2	118,85	497,19	3686,35		

День 13								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	50	5,30	5,65	18,00	144,00	т/к	50
	Каша жидкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	200	6,58	9,68	24,38	210,00	2004	311
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Сухофрукты (изюм)	35	1,75	0,12	19,53	84,00	т/к	47
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за завтрак 1		580	25,98	30,15	108,26	815,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный	300	2,81	3,40	19,97	121,00	2015	83
	Фрикадельки мясные	30	6,96	3,12	0,24	55,00	2004	112
	Печень по-строгановски	90/40	21,71	15,55	9,56	265,00	2004	431
	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,30	5,50	45,24	247,00	2004	508/3
	Кисель из сиропа плодового или ягодного	200	0,20	0,10	29,60	119,00	2004	646
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1015	41,35	28,58	138,03	972,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусничкой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Фрукт - яблоко	120	0,36	0,24	16,80	62,00	т/к	68
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
Итого за полдник		380	5,74	4,22	67,26	359,80		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	4
	Гуляш из говядины	60/50	14,00	6,50	4,00	130,00	2004	437
	Пюре картофельное	250	5,37	11,37	36,50	272,00	2004	520/3
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Фрукт - мандарин	100	0,80	0,20	27,54	38,00	т/к	66
Итого за ужин		915	35,69	23,98	151,50	893,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за тринадцатый день:		3090	114,36	91,93	483,05	3179,8		

День 14									
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96	
	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,30	63,00	2004	337	
	Бутерброд с джемом	40	1,20	4,30	22,00	132,00	2004	2	
	Пудинг из творога с молоком сгущеным	210	24,55	16,32	44,58	423,00	2004	362	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2	
Итого за завтрак 1		670	38,78	34,32	125,06	974,00			
Обед:	Салат из свеклы с сыром и чесноком	100	4,70	19,50	7,00	224,00	2008	49	
	Суп из овощей с говядиной со сметаной	300/40/20	22,00	19,20	10,00	316,00	2004	135	
	Голубцы ленивые	275	27,77	30,52	17,05	462,00	2008	306	
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600	
	Компот из изюма	200	1,00	1,00	34,20	142,00	т/к	8	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10	
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3	
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16	
	Итого за обед		1110	64,54	74,33	128,52	1460,00		
Полдник:	Корж молочный	70	4,11	19,51	19,41	260,00	2004	806	
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9	
	Фрукт - груша	150	0,46	0,00	20,22	57,00	т/к	65	
Итого за полдник		420	5,57	19,71	59,43	403,00			
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14	
	Сыр плавленый (порциями)	20	2,66	3,75	1,48	51,00	т/к	32	
	Рыба припущенная	130	18,24	0,78	0	99	2004	371	
	Соус томатный	30	0,36	1,5	1,92	22	2004	587	
	Картофельное пюре с морковью	250	5,05	5,65	31,95	198,00	2004	181	
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686	
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10	
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7	
	Итого за ужин		857	36,23	14,19	113,51	745,00		
	Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00			
Итого за четырнадцатый день:		3257	151,12	144,55	434,92	3662			

День 15								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Сыр (порциями)	25	5,75	7,42	0,00	91,00	2004	97
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,20	8,80	35,73	253,00	2004	311
	Сухофрукты (изюм)	20	0,75	0,05	8,37	36,00	т/к	73
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Творожок «Тема» 4,2% в инд. упаковке	100	7,60	4,20	10,90	112,00	т/к	59
Итого за завтрак 1		600	26,75	27,27	103,95	771,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Борщ с капустой и картофелем с говядиной и сметаной	300/15/5	7,63	9,80	15,20	218,00	2012	82
	Биточки рыбные запеченные	130	12,06	6,64	10,26	218,00	2012	255
	Рис отварной	170	4,17	7,14	37,15	230,00	2004	511/3
	Кисель из джема	200	0,10	0,00	25,20	117,00	2004	647
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1245	34,23	26,04	167,53	1168,00		
Полдник:	Ватрушка с творожным фаршем	70	3,73	1,40	43,31	199,00	2004	741/764
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Фрукт - апельсин	230	0,50	0,00	26,60	122,00	т/к	61
Итого за полдник		500	10,23	7,80	79,31	441,00		
Ужин:	Кукуруза (консервированная)	100	2,90	2,40	12,00	89,00	т/к	42
	Азу (из говядины)	325	28,80	15,70	31,60	387,00	2004	438
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Фрукт - яблоко	100	0,30	0,20	8,60	44,00	т/к	103
Итого за ужин		845	40,72	20,61	126,36	871		
Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00		
Итого за пятнадцатый день:		3390	117,93	81,92	485,15	3313		

День 16								
Завтрак 1:	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Омлет натуральный	165	15,90	26,25	3,00	312,00	2004	340
	Помидоры свежие	50	0,55	0,10	1,90	11,00	к/к	к/к
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2
Итого за завтрак 1		632	32,43	36,90	87,63	824,00		
Обед:	Винегрет овощной	100	0,83	6,08	4,04	75,00	2004	71
	Суп картофельный с рыбой	250/40	7,21	3,00	18,25	130,00	2012	77
	Рагу из птицы (индейка)	100/200	24,00	23,31	28,97	445,00	2004	489
	Компот из консервированных фруктов	200	0,40	0,00	41,40	161,40	2004	637
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1015	40,81	34,50	149,73	1093,40		
Полдник:	Булочка российская	70	1,17	5,60	42,58	226,00	2004	775
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Фрукт - персик	150	0,41	0,00	11,61	60,00	т/к	67
Итого за полдник		420	7,68	10,90	64,29	399,00		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Биштекс рубленный	110	10,37	11,63	0,21	390,00	2004	448
	Пюре картофельное	300	6,45	13,65	43,80	327,00	1996	472
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	
Итого за ужин		837	26,34	27,69	120,27	1082,00		
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за шестнадцатый день:		3104	113,26	111,99	430,32	3478,4		

День 17								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Запеканка из творога	170	30,15	15,41	27,43	376,00	2004	366
	Молоко сгущеное	30	2,16	2,55	16,65	98,00	т/к	26
	Сухофрукты (курага)	35	1,19	0,14	21,80	73,00	т/к	49
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Фрукт - яблоко	100	0,29	0,20	8,60	44,00	т/к	103
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за завтрак 1		637	40,34	27,80	125,93	917,00		
Обед:	Салат из свеклы с черносливом, орехами и чесноком	100	3,20	16,20	12,10	208,00	2008	49
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной и курой	300/5/10	6,55	5,26	10,77	121,00	2011	88
	Плов из птицы	100/180	29,68	10,31	47,59	401,00	2015	321
	Соки плодовые и ягодные	200	1,00	0,20	19,80	86,00	2004	705
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1020	48,80	34,08	147,33	1098,00	
Полдник:	Изделия хлебобулочные слойка "Улитка с изюмом"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Фрукт - виноград	120	0,72	0,20	42,48	86,00	т/к	74
Итого за полдник		400	5,40	6,32	110,17	313,00		
Ужин:	Помидор свежий	100	1,10	0,20	3,80	22,00	т/к	14
	Бутерброд с отварными мясными продуктами	35	6,10	3,50	7,40	90,00	2004	4
	Рыба, тушенная в томате с овощами	110/50	10,90	4,80	4,10	103,00	2004	396
	Картофель отварной	250	4,80	7,80	39,20	246,00	2004	203
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Итого за ужин		860	31,23	18,47	126,01	799,00	
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за семнадцатый день:		3117	131,37	91,67	527,44	3267		

День 18								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Макараны с сыром	200/15	10,18	22,79	38,84	403,00	2004	333
	Кофейный напиток	200	1,50	1,30	22,40	107,00	2004	692
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	123,75	т/к	2
Итого за завтрак 1		842	25,81	36,49	139,02	1000,75		
Обед:	Салат витаминный (2-й вариант)	100	1,50	15,10	8,50	176,00	1996	27/2
	Рассольник «Ленинградский» с говядиной и сметаной	300/20/5	8,25	6,75	6,00	234,00	2012	76
	Кнели из кур (паровые)	110	22,00	17,87	6,87	278,00	2004	505
	Каша рассыпчатая гречневая	180	6,77	11,69	33,11	266,00	2004	508/3
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587
	Кисель из кураги	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	643
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1090	47,59	56,12	139,95	1390,00	
Полдник:	Сушки ванильные	50	5,00	3,00	35,50	190,00	т/к	37
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Фрукт —груша	100	0,27	0,20	6,87	31,00	т/к	84
Итого за полдник		350	11,37	8,50	52,47	334,00		
Ужин:	Огурец свежий	100	0,70	0,10	1,90	12,00	т/к	27
	Котлеты, биточки, шницели	110	17,1	12,7	17,27	252	2015	299
	Капуста тушеная свежая	150	3,84	6,24	16,10	115,00	2004	534/3
	Пюре картофельное	150	3,10	5,40	20,30	141,00	2004	520/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	55	4,29	1,49	29,15	147,00	т/к	7
	Итого за ужин		837	33,56	26,75	129,93	873,00	
Ужин 2:	Кефир, обогащенный бифидобактериями БИФИЛАК 2,5%	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2004	698
	Итого за ужин 2		200	6,00	0,20	8,00	62,00	
Итого за восемнадцатый день:		3319	124,33	128,06	469,37	3659,75		

День 19								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Пудинг из творога с молоком сгущенным	210	14,55	16,32	44,58	423,00	2004	362
	Молоко кипяченое 2,5%	200	6,10	5,30	10,10	113,00	2004	697
	Батон нарезной обогащенный	25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	38
	Фрукт - банан	170	2,55	0,85	35,70	162,00	т/к	21
Итого за завтрак 1		650	27,50	31,20	113,38	895,00		
Обед:	Овощи натуральные свежие	100	0,90	0,15	2,85	17,00	т/к	29
	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,23	4,92	27,00	160,00	2004	140
	Мясные изделия для 1 блюда (кура)	10	2,10	1,36	0,00	21,00	т/к	
	Голубцы ленивые	275	27,77	30,52	17,05	462,00	2008	306
	Соус сметанный	50	0,70	2,00	3,20	34,00	2004	600
	Кисель из яблок	200	0,10	0,10	25,20	117,00	2004	642
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
	Итого за обед		1010	39,27	39,81	105,87	959,00	
Полдник:	Изделия хлебобулочные "Конвертик с яблоком и брусникой"	60	4,38	3,78	30,66	211,80	т/к	36
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Йогурт молочный 2,5% в инд. упаковке	125	3,88	3,50	16,63	124,00	т/к	2
Итого за полдник		385	9,26	7,48	67,09	421,80		
Ужин:	Сельдь с луком	100	14,20	14,20	3,20	198,00	2004	89
	Шницель рыбный натуральный	130	19,63	6,37	13,35	188,00	2015	274
	Картофель тушеный	250	9,75	19,50	35,75	357,00	2004	216
	Чай с сахаром	200	0,20	0,10	15,00	60,00	2004	685
	Фрукт - киви	100	0,40	0,40	9,80	47,00	т/к	70
	Зефир	35	0,20	0,00	16,00	129,00	т/к	53
	Батон нарезной обогащенный	25	1,95	0,68	13,25	67,00	т/к	38
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Итого за ужин		905	50,56	41,97	136,36	1190,00	
Ужин 2:	Ряженка 2,5%	200	6,00	2,00	8,40	80,00	2004	698
Итого за ужин 2		200	6,00	2,00	8,40	80,00		
Итого за девятнадцатый день:		3150	132,59	122,46	431,1	3545,8		

День 20								
Завтрак 1:	Масло (порциями)	5	0,05	4,15	0,05	38,00	2004	96
	Бутерброд с сыром	40	2,30	3,90	9,70	92,00	2004	3
	Каша из пшена и риса молочная «Дружба»	200	5,83	7,90	33,11	226,00	2008	190
	Какао с молоком	200	2,90	2,50	24,80	134,00	2004	693
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Сырок творожный глазированный 5% в инд. упаковке	50	5,30	5,65	18,00	144,00	т/к	50
Итого за завтрак 1		545	20,28	25,45	112,16	768,00		
Обед:	Салат "Полоньский"	100	1,10	10,10	3,70	110,00	2004	24
	Щи зеленые со сметаной	300/10	3,54	6,82	14,98	129,00	2004	127
	Мясные изделия для 1 блюда (говядина)	15	3,78	2,52	0,00	38,00	т/к	44
	Суфле куриное	110	17,16	17,31	3,37	238,00	2015	327
	Макаронные изделия отварные	200	7,22	6,20	41,16	250,00	2004	332
	Соус томатный	50	0,60	2,50	3,20	37,00	2004	587
	Компот из изюма	200	1,00	1,00	34,20	142,00	т/к	8
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
	Зелень и приправа к блюду	10	0,24	0,04	0,56	4,00	т/к	16
Итого за обед		1110	42,77	48,56	157,68	1226,00		
Полдник:	Изделия хлебобулочные слойка "Улитка с корицей"	80	3,68	5,92	47,89	141,00	т/к	33
	Молоко витаминизированное 3,2% в инд. упаковке	200	6,00	6,40	9,40	120,00	т/к	20
	Фрукт - апельсин	180	2,92	0,65	26,24	139,00	т/к	60
Итого за полдник		460	12,60	12,97	83,53	400,00		
Ужин:	Яйцо вареное	40	5,00	4,60	0,30	63,00	2004	337
	Бутерброд с икрой лососевой	42	5,30	3,20	14,80	109,00	1997	13/3
	Сердце в соусе	90/40	10,40	3,25	4,16	116,00	1996	406
	Пюре картофельное	250	5,37	11,37	36,50	272,00	2004	520/3
	Чай с лимоном	200/7	0,30	0,10	15,20	62,00	2004	686
	Соки плодовые и ягодные в инд. упаковке	200	1,00	0,20	19,80	86,00	т/к	9
	Хлеб ржаной пшеничный обогащенный	65	4,23	0,72	30,01	144,00	т/к	10
	Батон нарезной обогащенный	50	3,90	1,35	26,50	134,00	т/к	3
Итого за ужин		984	35,50	24,79	147,27	986,00		
Ужин 2:	Йогурт питьевой 2,5%	200	5,60	5,00	18,00	140,00	т/к	1
Итого за ужин 2		200	5,60	5,00	18,00	140,00		
Итого за двадцатый день:		3299	116,75	116,77	518,64	3520		

ДНИ			Б,г	Ж,г	У,г	Э.Ц.		
Всего за 11 день:			125,62	123,61	466,07	3457,55		
Всего за 12 день:			117,20	118,85	497,19	3686,35		
Всего за 13 день:			114,36	91,93	483,05	3179,8		
Всего за 14 день:			151,12	144,55	434,92	3662		
Всего за 15 день:			117,93	81,92	485,15	3313		
Всего за 16 день:			113,26	111,99	430,32	3478,4		
Всего за 17 день:			131,37	91,67	527,44	3267		
Всего за 18 день:			124,33	128,06	469,37	3659,75		
Всего за 19 день:			132,59	122,46	431,10	3545,8		
Всего за 20 день:			116,75	116,77	518,64	3520		
ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ			1244,53	1131,81	4743,25	34769,65		
В среднем за 1 день			124,45	113,18	474,33	3476,97		


Используемые сборники:

1. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, 2008 год
2. Сборник методических рекомендаций по использованию рецептов блюд повышенной пищевой и биологической ценности при организации питания отдельных социально-значимых категорий граждан в учреждениях Санкт-Петербурга, Санкт-Петербург, 2012 год.
3. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2011 год.
4. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2012 год.
5. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Санкт-Петербурга, Москва, Дели принт, 2015 год.
6. Реестр технологических карт на блюда и кулинарные изделия Управления социального питания
7. Реестр технологических карт на блюда и кулинарные изделия ЗЦ ДЮТ «Зеркальный»

Заместитель директора ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" по питанию

 Е.Г. Чепель

Бухгалтер БС ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"

 М.Ю. Сугак

Врач-педиатр ЗЦ ДЮТ "Зеркальный"

 В.А. Прудкий

Меню ЗЦДЮТ/1ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6	8.3	27.6	209	.200	Каша жидкая манная	19-08	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	6	т/к
2.3	0.9	15.4	79	.030	Батон, обогащен. микронутриентами	3-18	4	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
17	23	94	676	0.6		91-64		
<u>Обед лагерь ст</u>								
3.2	16.2	12.1	208	.100	Салат из свеклы с черн., орех., чесно.*	29-68	49	2008
7.68	5.4	22.32	169	.300	Суп картофельный с бобовыми	14-71	139	2004
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508.3	2004
13.8	12.7	3.32	182	.090/.040	Птица, тушенная в соусе/индейка/	66-67	444	1996
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	16-30	643	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-20	16	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.15	2.04	0	32	.015	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	6-79	15	т/к
2.2	0.2	15.8	74	0.020	Гренки из пшеничного хлеба	4-03	551.1	2004
0.37	0	10.75	56	.125	Фрукт-черешня	42-83	13	т/к
43	44	192	1367	1.195		210-71		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
4.11	19.51	19.41	260	.070	Коржи молочные	14-56	806	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.3	0	9.6	40	.100	Фрукт-абрикос*	29-61	12	т/к
5	20	49	386	0.37		76-48		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	29-63	5	2004
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
5.05	5.65	31.95	198	.250	Картофельное пюре с морковью	39-79	181	2004
23.66	0.78	0	101	.130	Рыба отварная	134-93	396	2004
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	5-19	11	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.78	7.02	0.96	70	.030	Соус польский	9-72	606	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
45	19	118	832	0.865		242-42		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
117	112	471	3401	3.23		673-71		

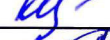
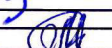

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 Зав. производством  Тервинская Е.А.
 Бухгалтер  Сугаик М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/2ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технол. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
Завтрак лагерь ст								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.88	0.16	3.04	18	.080	Помидор свежий	10-31	17	т/к
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
2.3	0.9	15.4	79	.030	Батон, обогащен. микронутриентами	3-18	4	т/к
24	37	73	732	0.72		123-22		
Обед лагерь ст								
1.1	10.1	3.1	108	.100	Редис с маслом*	23-22	29	2004
1.94	5.84	8.09	92	.300/010	Щи из кваш. капусты с карт со смет	28-11	77	2015
7.22	6.2	41.16	250	.200	Макаронные изделия отварные	15-29	332	2004
10.4	3.25	4.16	116	.090/040	Сердце в соусе	72-50	406	1996
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	5-02	16	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
2.52	1.68	0	26	.010	Мясные изд. для 1 блюда*	14-02	90	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
32	29	155	1035	1.075		191-41		
Полдник лагерь ст								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34 03	т/к
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	12-26	21	т/к
13	17	53	492	0.42		81-88		
Ужин лагерь ст								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-35	27	т/к
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
35	27.2	33.8	520	.100/250	Рагу из птицы(индейка)	114-36	489	2004
5.04	4.2	38.08	212	.070	Булочка "Веснушка"*	10-08	773	2004
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
51	36	134	1059	0.834		227-05		
Ужин 2 лагерь ст								
5.6	6.4	8.2	113	.210	Кефир для детского питания 3,2%	46-41	22	т/к
6	6	8	113	0.21		46-41		
125	125	424	3431	3.259		669-97		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 Зав. производством  Терянская Е.А.
 Бухгалтер  Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/Зст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6.58	9.68	24.38	210	.200	Каша жидкая	21-52	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	693	2004
1.75	0.12	19.53	84	.035	Сухофрукты*(изюм)	10-50	47	т/к
2.3	0.9	15.4	79	.030	Батон, обогащен. микронутриентами	3-18	4	т/к
7.6	4.2	10.9	112	.100	Творожок" Тема"	42-50	59	т/к
23	25	105	749	0.61		110-91		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-32	29	т/к
7.21	3	18.25	130	.250/.040	Суп картофельный с рыбой	45-79	77	2012
4.15	16	16.3	226	.200	Рагу из овощей**	32-26	224	2004
17.16	17.31	3.37	238	.110	Суфле куриное	64-76	327	2015
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	32-31	705	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-50	16	т/к
35	37	91	845	0.975		197-39		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0.16	к/к
0.6	0.17	35.4	72	.100	Фрукт-виноград свежий	26-59	63	т/к
2	0	55	158	0.36		89-70		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
6.45	13.65	43.8	327	.300	Пюре картофельное	36-78	472	1996
14	6.5	4	130	.060/.050	Гуляш из говядины	85-23	437	2004
5.25	7.78	30.33	289	.070	Кольцо песочное	31-17	8	1996
0.2	0.1	15	60	.200	Чай с сахаром	5-19	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
2.9	2.4	12	89	.100	Кукуруза консервированная	29-85	42	т/к
0.3	0.2	8.6	44	.100	Фрукт-яблоко	13-68	103	т/к
38	33	173	1230	1		212-18		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
104	98	432	3062	3.145		646-36		

ВСЕГО

Медсестра Красильникова Т.И.
 Зав. производством Тервинская Е.А.
 Бухгалтер Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/4ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технол. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток	9-26	23	т/к
2.3	0.9	15.4	79	.030	Батон, обогащен. микронутриентами	3-18	4	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
24.55	16.32	44.58	423	.210	Пудинг из творога со сг.молоком**	79-45	362	2004
35	30	109	863	0.61		148-93		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.7	10.1	2.3	103	.100	Салат из св.огурцов с р/маслом	13-83	16	2004
6.61	5.32	12.63	129	.300/010/005	Суп из овощей с курой со сметаной	17-98	99	2011
4.44	7.56	39.36	244	.180	Рис отварной	16-96	511.3	2004
12.06	6.64	10.26	218	.130	Биточки рыбные запеченные	57-47	255	2012
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из яблок	6-67	642	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-41	16	т/к
1	3.1	3.3	45	0.050	Соус молочный для подачи к блюдам	5-50	595	2004
29	34	124	1004	1.05		127-27		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
0.3	0.6	50.6	94	.200	Фрукт-груша	33-78	64	т/к
2	1.5	39	175	.050	Пряники	14-36	0	к/к
8	8	99	389	0.45		92-09		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
14.2	14.2	3.2	198	.100	Сельдь с луком *	40-90	89	2004
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
24.2	35.42	29.48	356	.330	Жаркое по-домашнему	179-79	436	2004
0.3	0.1	15.2	62	.200/007	Чай с лимоном	6-24	24	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
48	52	111	929	0.857		250-09		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
ВСЕГО	126	129	460	3325	3.167	670-84		

Медсестра Красильникова Т.И.
 Зав. производством Тервинская Е.А.
 Бухгалтер Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/5ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.53	3.56	1.41	48	.019	Сыр плавленый	13-28	32	т/к
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
7.2	8.8	35.73	253	.200	Каша пшеничная молочная жидкая**	20-01	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком сгущенным	16-63	643	1996
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
1.19	0.14	21.8	73	.035	Сухофрукты*(курага)	22-60	49	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.36	0.24	16.8	62	.120	Фрукт-яблоко	13-14	68	т/к
22	24	146	879	0.759		132-89		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.7	110	.100	Салат "Полонынский"	15-43	24	2004
7.63	9.8	15.2	218	.300/015/010	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	34-70	82	2012
7.22	6.2	41.16	250	.200	Макаронные изделия отварные	15-29	332	2004
10.4	3.25	4.16	116	.090/040	Сердце в соусе	72-50	406	1996
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.6	0.2	29.3	124	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	11-67	638	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-82	16	т/к
36	32	170	1186	1.28		195-47		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
8.26	15.59	32.76	202	.070	Булочка "Творожная"*	14-89	786	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
1.1	0.5	15	61	.120	Фрукт-киви	15-11	69	т/к
15	21	58	376	0.39		50-50		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	29-63	5	2004
6.06	6.78	38	238	.300	Картофельное пюре с морковью	45-38	181	2004
8.61	9.06	15.06	177	.090/040	Рыба, запеченная под молочным соусом	106-91	386	2004
0.2	0.1	15	60	.200	Чай с сахаром	4-09	685	2004
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей, маком, изюмом	41-07	33.01	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
34	28	186	1019	0.965		250-24		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-43		
ВСЕГО	114	106	569	3522	3.594	658-53		

 Медсестра _____
 Зав. производством _____
 Бухгалтер _____

 Красильникова Т.И.
 Тервинская Е.А.
 Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/бст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
3	3.75	0	47	.015	Сыр сычужный твердых сортов	12-58	97	2004
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
0.2	0.1	15	60	.200	Чай с сахаром	5-19	685	2004
5.3	5.65	18	144	.050	Сырок глазированный	49-44	50	т/к
2.4	0.21	5.04	31	.080	Горошек зеленый консер	26-20	40	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
36	41	85	850	0.607		225-10		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-36	29	т/к
2.81	3.4	19.97	121	.300	Суп картофельный	26-62	83	2015
27.77	30.52	17.05	462	.275	Голубцы ленивые*	121-03	306	2008
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	16-30	643	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-30	16	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.7	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3-72	600	2004
5.7	3.2	0.2	52	.025	Фрикадельки из кур	14-72	70	2008
42	40	99	951	1.025		204-50		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	23-14	705	2004
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34.03	т/к
0	0	0	0	.150	Фрукт-персик	31-74	0	к/к
5	10	28	296	0.4		80-55		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1	10.1	2.8	106	.100	Редис с огурцами	20-53	30	2004
6.72	8.88	37.92	257	.300	Картофель в молоке	64-26	519	2004
19.98	13.14	18.5	272	.110	Котлеты рубл из птицы или кролика	47-40	322	2015
0.3	0.1	15.2	62	.185/0.015/0.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
37	34	134	988	0.837		148-71		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
127	128	354	3165	3.068		695-04		

ВСЕГО

Медсестра Кус Красильникова Т.И.
 Зав. производством Тервинская Е.А.
 Бухгалтер Сусак М.Ю.

Щепель Е.Г.
07 Июня 2025 г.**Меню ЗЦДЮТ/7ст(лето)**

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.16	2.55	16.65	98	.030	Молоко сгущенное *	11-82	26	т/к
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	12-34	693	2004
1.02	0.12	18.69	63	.030	Сухофрукты*(курага)	19-37	48	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
31.91	16.33	29.03	400	.180	Запеканка из творога*	64-19	366	2004
49	35	145	1096	0.665		170-59		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-77	27	т/к
6.55	5.26	10.77	121	.300/.005/.020	Щи из св. капусты с карт.со смет. ,с кур	19-23	88	2011
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508.3	2004
21.71	15.55	9.56	265	.090/.040	Печень по-строгановски	62-64	431	2004
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-56	16	т/к
0.3	0.2	8.6	44	.100	Фрукт-яблоко	11-22	103	т/к
38	27	148	998	1.11		155-12		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей,маком,изюмом	41-07	33.01	т/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
8	7	94	366	0.46		95=		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
0.16	8.24	0.42	134	.080	Бутерброд с рыbn/гастроном/продуктами	78-15	10	1997
2.9	3.1	16.3	106	.150	Свекла ,тушенная в сметанном соусе**	34-22	220	2004
3.1	5.4	20.3	141	.150	Пюре картофельное**	18-14	520.3	2004
15.76	13.39	6.24	211	.110	Рулет из говядины с омлетом	69-45	460	2004
0.2	0.1	15	60	.200	Чай с сахаром	4-42	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
27	31	92	818	0.855		221-71		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
128	105	497	3418	3.29		694-88		

ВСЕГО

Медсестра
Зав. производством
БухгалтерКрасильникова Т.И.
Тервинская Е.А.
Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/8ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.2	0.1	15	60	.200	Чай с сахаром	4-09	685	2004
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
5.7	4.9	21.7	155	.250	Суп молочный с макар изделиями	25-03	160	2004
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
22	23	93	679	0.715		101-06		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.5	15.1	8.5	176	.100	Салат витаминный	19-63	27.2	1996
7.68	5.4	22.32	169	.300	Суп любительский	14-63	93	2008
4.13	7.73	17.47	157	.200	Овощи в молочном соусе	33-91	526	2004
10.37	11.63	0.21	390	.110	Бифштекс рубленый	129-84	448	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	32-31	705	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-16	16	т/к
2.1	1.36	0	21	.010	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	4-59	18	т/к
3	13.5	7.1	103	.070	Мороженое	56-13	55	т/к
38	57	132	1384	1.115		304-95		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусничкой	30-80	0.16	к/к
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	12-26	21	т/к
9	7	45	282	0.43		87-01		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-77	27	т/к
2.62	10.5	29.5	230	.250	Картофельное пюре с морковью	40-01	181	2004
19.63	6.37	13.35	188	.130	Шницель рыбный натуральный	84-93	274	2015
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.2	0	16	129	.035	Зефир	12-68	53	т/к
32	19	135	912	0.842		167-91		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-43		
106	106	413	3319	3.302		690-36		

ВСЕГО

Медсестра Красильникова Т.И.
 Зав. производством Тервинская Е.А.
 Бухгалтер Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/9ст(лето)

Пищевая ценность				Выход,кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.75	7.42	0	91	.025	Сыр сычужный твердых сортов*	21-65	97	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
5.83	7.9	33.11	226	.200	Каша молочная из пшена и риса "Дружба"***	23-25	190	2008
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток*	9-26	692	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
7.6	4.2	10.9	112	.100	Творожок" Тема"	42-50	59	т/к
25	26	93	708	0.58		107-19		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.6	106	.100	Салат из св помидоров со сл перцем*	16-53	22	2004
3.6	6.9	20.7	159	.300/0.005/0.010	Рассольник "Ленинградский" со смет и кур	19-39	96	2011
7.22	6.2	41.16	250	.200	Макаронные изделия отварные	15-32	332	2004
22	17.87	6.87	278	.110	Кнели из кур (паровые)	65-92	505	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из джема	11-79	647	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	587	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-41	16	т/к
43	46	158	1229	1.1		148-28		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченное	20-50	697	2004
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан с клубникой	25-67	34.02	т/к
0.46	0	20.22	57	.150	Фрукт-груша	25-33	65	т/к
11	16	39	380	0.4		71-50		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
31.17	23.51	14.22	598	.350	Говядина, тушенная с капустой**	180-50	440	2004
0.3	0.1	15.2	62	.185/0.015/0.007	Чай с лимоном	5-13	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
50	34	104	1123	0.759		283-55		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
135	123	402	3520	3.039	ВСЕГО	646-70		

Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер

М.С.

Красильникова Т.И.
Тервильская Е.А.
Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/10ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технол. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
4.2	8.4	26	199	.200	Каша пшеничная молочная жидкая	18-46	311	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
5.3	5.65	18	144	.050	Сырок глазированный	49-44	50	т/к
1.65	10.8	16.2	168	.030/шт./	Конфеты	16-29	0	к/к
24	40	109	901	0.58		131-39		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-32	29	т/к
3.54	6.82	14.98	129	.300/010	Щи зеленые со сметаной*	51-09	127	2004
6.77	11.69	33.11	266	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-75	508.01	2004
16.5	16.94	13.86	275	.110	Котлеты, биточки, шницели	79-64	473	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	16-30	643	2004
3.15	2.04	0	32	.015	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	6-79	15	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-81	16	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.6	0.15	20.66	29	.075	Фрукт-мандарин**	14-63	108	т/к
40	40	168	1147	1.115		212-08		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
0	0	0	0	.150	Фрукт-слива	26-03	0	к/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
2.66	0.28	17.01	83	.035	Печенье	9-92	56	т/к
4	0	37	169	0.385		68-26		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	29-63	5	2004
5.37	11.37	36.5	272	.250	Пюре картофельное	30-65	472	1996
9.44	4.15	3.56	89	.090/040	рыба, тушен в томате с овощами	81-90	374	2004
0.3	0.1	15.2	62	.185/015/007	Чай с лимоном	5-13	686	2004
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
30	21	122	804	0.742		157-59		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
103	106	454	3161	3.022		621-78		

ВСЕГО

Медсестра КЦ Красильникова Т.И.
 Зав. производством Т Тервинская Е.А.
 Бухгалтер С Сугак М.Ю.

Накопительная ведомость расхода продуктов (Диетология)

Организация
Период
Группа питающихся
Шкала норм

Коды	
ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"	
11.06.25 - 20.06.25	
Лагерь- старшие лето, каникулы	
Лагерь_ст	

Получатель

Лагерь_ст

№	Наименование группы продуктов	Расход по дням										Итого	Среднее за день	Стандартная норма	Отклонение	
		11.06.25	12.06.25	13.06.25	14.06.25	15.06.25	16.06.25	17.06.25	18.06.25	19.06.25	20.06.25				абс.	%
1	Хлеб ржаной	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	1300.0	130.0	132.0	-2	-2%
2	Хлеб пшеничный	298.9	267.4	205.0	175.4	178.8	185.0	276.8	276.2	156.6	285.0	2305.2	230.5	220.0	10.5	+5%
3	Мука пшеничная	10.4	40.7	7.3	44.9	42.2	43.8		4.3	4.0	15.9	213.6	21.4	22.0	-0.6	-3%
4	Крупы ,бобовые	84.8	36.7	113.4	29.5	101.2		75.0	87.7	29.5	20.0	577.9	57.8	55.0	2.8	+5%
5	Макаронные изделия		68.0						63.1	12.0	68.0	211.1	21.1	22.0	-0.9	-4%
6	Картофель	236.2	150.0	348.7	226.2	166.0	507.2	286.0	204.0	302.5	243.7	2670.7	267.1	257.2	9.9	+4%
7	Овощи, соленые и кваш	279.8	434.8	277.8	496.0	398.7	312.6	334.1	428.5	474.0	216.5	3652.9	365.3	380.0	-14.7	-4%
8	Фрукты свежие	245.0	177.0	220.0	157.0	330.0	157.0	227.0	111.0	300.0	187.0	2111.0	211.1	203.5	7.6	+4%
9	Сухофрукты		7.2	35.0	38.0	20.0		53.0	20.0	18.0	20.0	211.2	21.1	22.0	-0.9	-4%
10	Соки плодовоовощные	400.0	133.0	200.0	200.0	200.0	133.0	400.0	200.0	200.0	200.0	2266.0	226.6	218.0	8.6	+4%
11	Мясо 1-й категории	16.0	16.0	161.0	176.2	143.0	152.4	32.0	113.1	111.4	24.0	945.1	94.5	98.7	-4.2	-4%
12	Субпродукты (печень, я		149.4	132.3								149.4	43.1	44.0	-0.9	-2%
13	Птица (цыплята-бройле	158.4	95.9				138.0	149.9	181.5	14.3	70.1	808.1	80.8	77.0	3.8	+5%
14	Рыба(филе), в т. ч. фил	124.5			158.6	97.5	60.2	134.2	15.0	160.5	10.0	760.5	76.1	77.0	-0.9	-1%
15	Молоко	278.1	630.5	344.8	194.1	383.8	533.8	30.0	457.8	364.7	510.1	3727.9	372.8	385.0	-12.2	-3%
16	Кисломолочная пищева	210.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	2010.0	201.0	210.0	-9	-4%
17	Творог (5-9 % м. д. ж.)			50.0	136.8	125.2		158.7		136.8	50.0	657.5	65.7	66.0	-0.3	
18	Сыр	15.0	15.0	15.0	35.0	25.0		15.0	15.0	15.0	15.0	165.0	16.5	17.3	-0.8	-5%
19	Сметана		12.2	14.4	37.5	5.0		11.8	5.0	17.5	10.0	113.4	11.3	11.0	0.3	+3%
20	Масло сливочное	44.3	51.0	37.5	45.8	20.8	42.3	27.7	49.0	29.9	49.4	397.8	39.8	38.5	1.3	+3%
21	Масло растительное	11.4	20.2	2.5	32.1	20.8	23.5	19.5	21.9	42.0	11.8	205.7	20.6	19.8	0.8	+4%
22	Яйцо	160.0	6.3	2.4	50.9	2.8	124.1	4.5	12.4	13.0	63.9	440.3	44.0	44.0	0	
23	Сахар	23.0	47.4	14.9	55.8	42.6	44.0	35.3	53.0	45.0	38.6	399.6	40.0	41.0	-1	-2%
24	Кондитерские изделия	40.0	10.0	40.0	20.0	24.0				35.0		169.0	16.9	16.5	0.4	+2%
25	Чай	2.0	2.0	2.0	3.0	2.0	2.0	3.0	2.0	2.0	2.0	22.0	2.2	2.2	0	
26	Какао-порошок		4.2				4.2				4.2	12.6	1.3	1.3	-0.02	-2%
27	Кофейный напиток	7.0				7.0			7.0			21.0	2.1	2.2	-0.1	-5%
28	Дрожжи хлебопекарные					1.5	1.2					2.7	0.3	0.3	0	
29	Крахмал			10.0		10.0			10.0	10.0		40.0	4.0	4.2	-0.2	-5%
30	Соль пищевая поварен	8.6	3.3	3.2	6.7	4.2	7.6	4.3	7.1	5.1	3.7	53.9	5.4	5.5	-0.1	-2%
31	Специи	1.3	1.9	1.3	3.0	2.6	1.8	3.4	2.2	1.5	1.4	20.6	2.1	2.0	0.1	+5%

Составил _____ Администратор

**Меню ЗЦДЮТ/11ст(лето)**

Пищевая ценность				Выход,кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-26	340	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток*	9-26	692	2004
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
2.18	1.8	9	67	.075	Кукуруза консервированная	21-07	43	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.37	0	10.75	56	.125	Фрукт-черешня	42-83	13	т/к
30	42	98	930	0.785		182-76		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-63	27	т/к
6.59	6.32	19.59	162	.300	Суп картофельный с бобовыми	10-91	87	2015
4.44	7.56	39.36	244	.180	Рис отварной	16-96	511.3	2004
23.98	13.42	0.88	220	.110	Птица отварная	50-32	487	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	23-14	705	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
2.2	0.2	15.8	74	0.020	Гренки из пшеничного хлеба	4-03	551.1	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-41	16	т/к
2.52	1.68	0	26	.010	Мясные изд. для 1 блюда*	14-02	90	т/к
3.4	8.8	25.6	196	.040	Вафли	16-32	52	т/к
49	39	153	1168	1.035		158-19		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей,маком,изюмом	41-07	33.01	т/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
1.1	0.5	15	61	.120	Фрукт-киви	15-11	69	т/к
6	7	83	288	0.4		88-49		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
0.16	8.24	0.42	134	.080	Бутерброд с рыбн/гастроном/продуктами	78-15	10	1997
5.05	5.65	31.95	198	.250	Картофельное пюре с морковью	37-69	181	2004
15.83	8.5	16.82	213	.130	Тефтели рыбные из трески-филе	69-88	394	2004
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
35	29	124	959	0.82		210-26		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	6.4	8.2	113	.210	Кефир для детского питания 3,2%	46-41	22	т/к
6	6	8	113	0.21		46-41		
126	124	466	3458	3.25		686-11		

ВСЕГО

Медсестра _____
Зав. производством _____
Бухгалтер _____



Красильникова Т.И.

Тервинская Е.А.

Сузак М.Ю.

**Меню ЗЦДЮТ/12ст(лето)**

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6	8.3	27.6	209	.200	Каша жидкая манная	19-48	311	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	13-06	693	2004
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
0	0	0	0	0.010	Джем	3-81	0	к/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
19	24	105	731	0.63		98-69		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1	10.1	2.8	106	.100	Редис с огурцами	20-53	30	2004
2.29	5.79	8.82	96	.300	Щи по-уральски (с крупой)	25-50	78	2015
7.22	6.2	41.16	250	.200	Макаронные изделия отварные	15-29	332	2004
10.4	3.25	4.16	116	.090/.040	Сердце в соусе	74-32	406	1996
4.35	10.25	8.35	210	.050	Круассан со сгущенкой	25-67	34.03	т/к
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
2.52	1.68	0	26	.010	Мясные изд. для 1 блюда*	14-02	90	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-85	16	т/к
37	39	164	1247	1.115		212-43		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
5.25	7.78	30.33	289	.070	Кольцо песочное	31-17	8	1996
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	12-26	21	т/к
14	15	75	571	0.44		87-38		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
2.32	2.48	13.04	85	.120	Свекла, тушенная в сметанном соусе**	27-37	220	2004
2.9	4.7	23.5	148	.150	Картофель отварной	32-88	203	2004
23.61	15.53	21.87	321	.130	Котлеты рубл из птицы или кролика	61-04	322	2015
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
3	13.5	7.1	103	.070	Мороженое	56-13	55	т/к
42	39	144	1032	0.897		206-82		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
117	119	497	3661	3.282		641-50		

ВСЕГО

Медсестра _____
 Зав. производством _____
 Бухгалтер _____

Красильникова Т.И.
 Тервинская Е.А.
 Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/13ст(лето)

Пищевая ценность				Выход,кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
6.58	9.68	24.38	210	.200	Каша жидкая	21-52	311	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
1.75	0.12	19.53	84	.035	Сухофрукты*(изюм)	10-50	47	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
5.3	5.65	18	144	.050	Сырок глазированный	49-44	50	т/к
26	30	108	815	0.58		128-13		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-14	29	т/к
2.81	3.4	19.97	121	.300	Суп картофельный	28-41	83	2015
4.3	5.5	45.24	247	.180	Каша рассыпчатая (гречневая)	15-75	508.3	2004
21.71	15.55	9.56	265	.090/.040	Печень по-строгановски	64-46	431	2004
0.2	0.1	29.6	119	.200	Кисель из сиропа плодового или ягодного	21-39	646	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	3-26	16	т/к
6.96	3.12	0.24	55	.030	Фрикадельки мясные	32-05	112	2004
41	29	138	972	1.015		182-91		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0.16	к/к
0.36	0.24	16.8	62	.120	Фрукт-яблоко	13-14	68	т/к
1	0	37	148	0.38		76-25		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-63	27	т/к
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	32-87	5	2004
5.37	11.37	36.5	272	.250	Пюре картофельное	51-98	472	1996
14	6.5	4	130	.060/.050	Гуляш из говядины	88-39	437	2004
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.8	0.2	27.54	38	.100	Фрукт-мандарин**	19-50	66	т/к
36	24	151	893	0.915		221-84		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
110	88	452	2968	3.08		661-59		

ВСЕГО

Медсестра
Зав. производством
БухгалтерКрасильникова Т.И.
Тервинская Е.А.
Сусак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/14ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
1.2	4.3	22	132	.040	Бутерброд с джемом	14-52	2	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	4-09	685	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
24.55	16.32	44.58	423	.210	Пудинг из творога со сг.молоком**	78-94	362	2004
39	34	125	974	0.67		153-32		
<u>Обед лагерь ст</u>								
4.7	19.5	7	224	.100	Салат из свеклы с сыром и чесноком	29-28	48	2008
22	19.2	10	316	.300/.040/.020	Суп из овощей с говяд и сметаной	80-46	135	2004
27.77	30.52	17.05	462	.275	Голубцы ленивые*	113-45	306	2008
1	0.1	34.2	142	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	6-54	8	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-41	16	т/к
0.7	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3-69	600	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
65	73	129	1460	1.11		247-58		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
4.11	19.51	19.41	260	.070	Коржи молочные	14-02	806	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.46	0	20.22	57	.150	Фрукт-груша	25-33	65	т/к
6	20	59	403	0.42		71-66		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
2.66	3.75	1.48	51	.020	Сыр плавленый	14-17	32	т/к
5.05	5.65	31.95	198	.250	Картофельное пюре с морковью	37-69	181	2004
18.24	0.78	0	99	.130	Рыба (филе) припущенная	83-62	371	2004
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	5-13	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.36	1.5	1.92	22	.030	Соус томатный	3-10	587	2004
36	14	114	745	0.857		166-87		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
151	144	435	3662	3.257		675-61		

ВСЕГО

 Медсестра
 Зав. производством
 Бухгалтер


 Красильникова Т.И.
 Тервинская Е.А.
 Сулак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/15ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.75	7.42	0	91	.025	Сыр сычужный твердых сортов*	21-65	97	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
7.2	8.8	35.73	253	.200	Каша пшенная молочная жидкая**	20-01	311	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток*	9-26	692	2004
0.75	0.05	8.37	36	.020	Сухофрукты*(изюм)	6=	73	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
7.6	4.2	10.9	112	.100	Творожок" Тема"	42-50	59	т/к
27	27	104	771	0.6		109-95		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-25	29	т/к
7.63	9.8	15.2	218	.300/015/005	Борщ с капустой и карт. с говядиной смет	40-90	82	2012
4.17	7.14	37.15	230	.170	Рис отварной	16-01	511.3	2004
12.06	6.64	10.26	218	.130	Биточки рыбные запеченные	88-88	255	2012
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из джема	12-24	647	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-16	16	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
34	26	168	1168	1.245		217-50		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
3.73	1.4	43.31	199	.070	Ватрушка с творогом фаршем	13-82	741	2004
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
0.5	0	26.6	122	.230	Фрукт-апельсин	27-63	61	т/к
10	8	79	441	0.5		85-40		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
28.8	15.7	31.6	387	.075/250	Азу из говядины	150-38	438	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
2.9	2.4	12	89	.100	Кукуруза консервированная	29-85	42	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
0.3	0.2	8.6	44	.100	Фрукт-яблоко	14-60	103	т/к
41	21	126	871	0.845		210-30		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-43	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-43		
118	82	485	3313	3.39		652-58		

ВСЕГО

Медсестра _____ Красильникова Т.И.
Зав. производством _____ Тервинская Е.А.
Бухгалтер _____ Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/16ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
0.55	0.1	1.9	11	.050	Помидор свежий	6-46	30	т/к
15.9	26.25	3	312	.165	Омлет натуральный	47-29	340	2004
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	13-06	693	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
32	37	88	824	0.632		186-85		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.83	6.08	4.04	75	.100	Винегрет овощной	21-52	71	2004
7.21	3	18.25	130	.250/.040	Суп картофельный с рыбой	48-45	77	2012
24	23.31	28.97	445	.100/.200	Рагу из птицы(индейка)	106-52	489	2004
0.4	0	41.4	161	.200	Компот из плодов консервированных	23-50	25	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-53	16	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
41	34	150	1093	1.015		214-27		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	20-50	697	2004
1.17	5.6	42.58	226	.070	Булочка "Российская"	11-58	775	2004
0	0	0	0	.150	Фрукт-персик	31-74	0	к/к
7	11	53	339	0.42		63-82		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-63	27	т/к
6.45	13.65	43.8	327	.300	Пюре картофельное	36-78	472	1996
10.37	11.63	0.21	390	.110	Биштекс рубленый	127-12	448	2004
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
26	28	120	1082	0.837		194-05		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
113	112	419	3418	3.104		695-17		

ВСЕГО

Медсестра  Красильникова Т.И.
 Зав. производством _____ Тервинская Е.А.
 Бухгалтер  Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/17ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.16	2.55	16.65	98	.030	Молоко сгущеное *	11-79	26	т/к
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
0.3	0.1	15.2	62	.185/015/007	Чай с лимоном	4-03	686	2004
1.19	0.14	21.8	73	.035	Сухофрукты*(курага)	22-60	49	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.3	0.2	8.6	44	.100	Фрукт-яблоко	11-22	103	т/к
30.15	15.41	27.43	376	.170	Запеканка из творога*	60-62	366	2004
40	28	126	917	0.637		136-43		
<u>Обед лагерь ст</u>								
3.2	16.2	12.1	208	.100	Салат из свеклы с черн., орех., чесно.*	29-43	49	2008
6.55	5.26	10.77	121	.300/005/010	Щи из св. капусты с карт.со смет. ,с кур	17-55	88	2011
29.68	10.31	47.59	401	.100/180	Плов из птицы	87-17	321	2015
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый	23-14	705	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-41	16	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
49	34	147	1098	1.02		171-45		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей, маком, изюмом	41-07	33.01	т/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
0.72	0.2	42.48	86	.120	Фрукт-виноград	22-33	74	т/к
5	6	110	313	0.4		95-71		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
1.1	0.2	3.8	22	.100	Помидор свежий	12-88	14	т/к
6.1	3.5	7.4	90	.035	Бутерброд с отварными мясными продуктами	29-63	5	2004
0	0.01	0.04	2	.250	Картофель отварной	54-79	203	2004
10.9	4.8	4.1	103	.110/050	Рыба, тушен в томате с овощами	98-02	374	2004
0.2	0.1	15	60	.185/015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
26	11	87	555	0.86		210-26		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
127	84	488	3023	3.117		666-31		

ВСЕГО


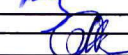
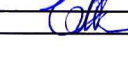
Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер

Красильникова Т.И.
Тервинская Е.А.
Сугак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/18ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
5.3	3.2	14.8	109	.047	Бутерброд с икрой красной	115-22	13.3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
10.18	22.79	38.84	403	.200/.015	Макаронны с сыром***	28-44	333	2004
1.5	1.3	22.4	107	.200	Кофейный напиток*	9-26	692	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
26	36	139	1001	0.842		231-93		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.5	15.1	8.5	176	.100	Салат витаминный	22-31	27.2	1996
8.25	6.75	6	234	.300/.020/.005	Рассольник "Ленинградский" с гов и смет	52-48	76	2012
6.77	11.69	33.11	266	.180	Каша гречневая рассыпчатая	15-75	508.01	2004
22	17.87	6.87	278	.110	Кнели из кур (паровые)	65-92	505	2004
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из кураги	16-30	643	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-53	16	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	587	2004
48	56	140	1390	1.09		192-21		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
0	0	0	0	.050	Сухари сдобные	9-84	119	т/к
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	19-37	697	2004
0.27	0.2	6.87	31	.100	Фрукт-груша	18-75	84	т/к
6	5	17	144	0.35		47-96		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
0.7	0.1	1.9	12	.100	Огурец свежий	13-77	27	т/к
3.84	6.24	16.1	115	.150	Капуста тушеная свежая	13-58	534.3	2004
3.1	5.4	20.3	141	.150	Пюре картофельное**	18-14	520.3	2004
17.1	12.7	17.27	252	.110	Котлеты, биточки, шницели рубленные	78-50	299	2015
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
4.29	1.49	29.15	147	.055	Батон, обогащен. микронутриентами	5-83	7	т/к
34	27	130	873	0.837		140-51		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	0.2	8	62	.200	Кефир	29-32	698	2004
6	0	8	62	0.2		29-32		
119	125	434	3470	3.319		641-93		

ВСЕГО

Медсестра  Краснitsникова Т.И.
 Зав. производством  Терешинская Е.А.
 Бухгалтер  Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/19ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
6.1	5.3	10.1	113	.200	Молоко кипяченое	19-37	697	2004
1.95	0.68	13.25	67	.025	Батон,обогатненный микронутриентами	2-65	38	т/к
2.55	0.85	35.7	162	.170	Фрукт-банан	12-26	21	т/к
24.55	16.32	44.58	423	.210	Пудинг из творога со сг.молоком**	79-47	362	2004
37	31	113	895	0.65		134-62		
<u>Обед лагерь ст</u>								
0.9	0.15	2.85	17	.100	Овощи натуральные свежие	13-25	29	т/к
3.23	4.92	27	160	.300	Суп картофельный с макаронными изделиями	12-91	140	2004
27.77	30.52	17.05	462	.275	Голубцы ленивые*	116-59	306	2008
0.1	0.1	25.2	117	.200	Кисель из яблок	6-67	642	2004
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-43	16	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогатненный	4-45	10	т/к
2.1	1.36	0	21	.010	Мясные изделия для 1 блюда(кура)	4-59	18	т/к
0.7	2	3.2	34	.050	Соус сметанный*	3-69	600	2004
39	40	106	959	1.01		166-58		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
0	0	0	0	.060	Конвертик с яблоком и брусникой	30-80	0.16	к/к
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
3.88	3.5	16.63	124	.125	Йогурт молочный	36-17	2	т/к
5	4	36	210	0.385		99-28		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
14.2	14.2	3.2	198	.100	Сельдь с луком *	40-90	89	2004
9.75	19.5	35.75	357	.250	Картофель тушеный	64-58	216	2004
19.63	6.37	13.35	188	.130	Шницель рыбный натуральный	84-93	274	2015
0.2	0.1	15	60	.185/.015	Чай с сахаром	5-19	685	2004
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогатненный	4-45	10	т/к
1.95	0.68	13.25	67	.025	Батон,обогатненный микронутриентами	2-65	38	т/к
0.2	0	16	129	.035	Зефир	12-68	53	т/к
0.4	0.4	9.8	47	.100	Фрукт-киви**	12-60	70	т/к
51	42	136	1190	0.905		227-98		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
6	2	8.4	80	.200	Ряженка	36-18	698	2004
6	2	8	80	0.2		36-18		
138	119	400	3334	3.15		664-64		

ВСЕГО

Медсестра
Зав. производством
Бухгалтер

Красильникова Т.И.
Терешинская Е.А.
Сузак М.Ю.

Меню ЗЦДЮТ/20ст(лето)

Пищевая ценность				Выход, кг	Наименование блюда	Стоимость питания, руб.	№ технолог. карты	Сборник рецептов
Белки	Жиры	Углеводы	ККал					
<u>Завтрак лагерь ст</u>								
0.05	4.15	0.05	38	.005	Масло (порциями)	5-23	96	2004
2.3	3.9	9.7	92	.040	Бутерброд с сыром	15-64	3	2004
5.83	7.9	33.11	226	.200	Каша молочная из пшена и риса "Дружба"***	23-25	190	2008
2.9	2.5	24.8	134	.200	Какао с молоком	13-06	693	2004
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
5.3	5.65	18	144	.050	Сырок глазированный	49-44	50	т/к
20	25	112	768	0.545		111-92		
<u>Обед лагерь ст</u>								
1.1	10.1	3.7	110	.100	Салат "Полоньинский"	17-05	24	2004
3.54	6.82	14.98	129	.300/.010	Щи зеленые со сметаной*	51-04	127	2004
7.22	6.2	41.16	250	.200	Макаронные изделия отварные	15-29	332	2004
17.16	17.31	3.37	238	.110	Суфле куриное	64-76	327	2015
1	0.1	34.2	142	.200	Компот из плодов или ягод сушеных	6-54	8	т/к
0.6	2.5	3.2	37	.050	Соус томатный	5-17	587	2004
3.78	2.52	0	38	.015	Мясные изделия для 1 блюда*	21-03	44	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
0.24	0.04	0.56	4	.010	Зелень/приправа к блюду	4-43	16	т/к
43	48	158	1226	1.11		195-06		
<u>Полдник лагерь ст</u>								
3.68	5.92	47.89	141	.080	Улитка с корицей, маком, изюмом	41-07	33.01	т/к
6	6.4	9.4	120	.200	Молоко витаминизированное 3,2%	43-95	20	т/к
2.92	0.65	26.24	139	.180	Фрукт-апельсин	21-62	60	т/к
13	13	84	400	0.46		106-64		
<u>Ужин лагерь ст</u>								
5.1	4.6	0.3	63	.040	Яйцо вареное	9-07	337	2004
5.3	3.2	14.8	109	.042	Бутерброд с икрой лососевой	78-57	13.3	1997
5.37	11.37	36.5	272	.250	Пюре картофельное	21-58	472	1996
10.4	3.25	4.16	116	.090/.040	Сердце в соусе	74-32	406	1996
0.3	0.1	15.2	62	.185/.015/.007	Чай с лимоном	6-24	686	2004
1	0.2	19.8	86	.200	Сок фруктовый (порц.)	32-31	9	т/к
3.9	1.35	26.5	134	.050	Батон, обогащен. микронутриентами	5-30	3	т/к
4.23	0.72	30.01	144	.065	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	4-45	10	т/к
36	25	147	986	0.984		231-84		
<u>Ужин 2 лагерь ст</u>								
5.6	5	18	140	.200	Йогурт питьевой	52-46	1	т/к
6	5	18	140	0.2		52-46		
117	116	519	3520	3.299		697-92		

ВСЕГО

 Медсестра _____
 Зав. производством _____
 Бухгалтер _____

 Красильникова Т.И.
 Тервинская Е.А.
 Сузак М.Ю.

Накопительная ведомость расхода продуктов (Диетология)

Организация
Период
Группа питающихся
Шкала норм

Коды
ГБНОУ "СПБ ГДТЮ"
01.06.25 - 10.06.25
Лагерь- старшие лето, каникулы
Лагерь_ст

Получатель

Лагерь_ст

№	Наименование группы продуктов	Расход по дням										Итого	Среднее за день	Стандартная норма	Отклонение	
		01.06.25	02.06.25	03.06.25	04.06.25	05.06.25	06.06.25	07.06.25	08.06.25	09.06.25	10.06.25				абс.	%
1	Хлеб ржаной	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	130.0	1300.0	130.0	132.0	-2	-2%
2	Хлеб пшеничный	207.0	185.0	170.0	139.2	255.0	221.6	221.9	261.2	246.0	232.3	2139.3	213.9	220.0	-6.1	-3%
3	Мука пшеничная	43.8	56.8	46.2	2.7	51.5	4.5	6.7	3.0	4.0	6.0	225.3	22.5	22.0	0.5	+2%
4	Крупы ,бобовые	136.5		30.6	79.2	40.0	15.1	94.8	30.0	26.0	126.8	579.0	57.9	55.0	2.9	+5%
5	Макаронные изделия		68.0			68.0			20.0	68.0		224.0	22.4	22.0	0.4	+2%
6	Картофель	236.2	190.0	433.5	241.0	232.5	405.0	164.0	279.8	72.0	243.7	2497.9	249.8	257.2	-7.4	-3%
7	Овощи, соленые и кваш	291.4	433.6	342.8	328.6	403.7	511.2	452.8	415.5	417.9	233.5	3831.2	383.1	380.0	3.1	+1%
8	Фрукты свежие	225.0	177.0	200.0	237.0	240.0	157.0	280.0	177.0	157.0	232.0	2082.0	208.2	203.5	4.7	+2%
9	Сухофрукты	38.0	2.5	42.2	18.0	60.0	20.0	30.0			20.0	230.7	23.1	22.0	1.1	+5%
10	Соки плодовоовощные	200.0	333.0	400.0		200.0	200.0	333.0	200.0		200.0	2066.0	206.6	218.0	-11.4	-5%
11	Мясо 1-й категории	32.0	16.0	94.8	149.0	56.0	111.4	67.8	152.4	168.0	114.2	961.6	96.2	98.7	-2.5	-3%
12	Субпродукты (печень, я		149.4			149.4		132.3				431.1	43.1	44.0	-0.9	-2%
13	Птица (цыплята-бройле	148.4	138.0	70.1	13.7		109.6	27.4	14.3	195.2	21.4	738.1	73.8	77.0	-3.2	-4%
14	Рыба(филе), в т. ч. фил	158.6	10.0	50.2	147.5	110.7	10.0	40.0	110.5	10.0	110.0	757.5	75.8	77.0	-1.2	-2%
15	Молоко	362.1	295.0	272.9	462.5	535.4	163.9	308.7	673.2	433.0	362.5	3869.2	386.9	385.0	1.9	
16	Кисломолочная пищева	200.0	210.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	200.0	2010.0	201.0	210.0	-9	-4%
17	Творог (5-9 % м. д. ж.)			100.0	136.8	20.0	50.0	168.0		100.0	50.0	624.8	62.5	66.0	-3.5	-5%
18	Сыр	15.0	15.0	15.0	15.0	24.7	15.0	15.0	15.0	25.0	15.0	169.7	17.0	17.3	-0.3	-2%
19	Сметана		10.0	15.7	9.5	10.0	13.0	34.4		5.0	10.0	107.6	10.8	11.0	-0.2	-2%
20	Масло сливочное	51.9	44.3	56.7	34.4	51.8	32.1	20.3	28.2	32.3	32.2	384.2	38.4	38.5	-0.1	
21	Масло растительное	14.4	21.2	12.7	32.2	17.5	21.0	14.3	27.9	24.3	11.6	196.9	19.7	19.8	-0.1	-1%
22	Яйцо	7.6	121.5	24.2	8.1	7.7	122.0	26.8	44.9	52.4	6.0	421.2	42.1	44.0	-1.9	-4%
23	Сахар	67.4	36.6	39.7	57.9	36.0	42.0	42.9	30.0	40.9	38.6	432.0	43.2	41.0	2.2	+5%
24	Кондитерские изделия				50.0				35.0	24.0	65.0	174.0	17.4	16.5	0.9	+5%
25	Чай	2.0	2.0	2.0	2.0	1.5	4.0	1.6	3.5	1.5	1.5	21.6	2.2	2.2	0	
26	Какао-порошок	3.0		3.0		4.0		3.0				13.0	1.3	1.3	-0.02	-2%
27	Кофейный напиток		7.0		7.0					7.0		21.0	2.1	2.2	-0.1	-5%
28	Дрожжи хлебопекарные		1.5			1.5						3.0	0.3	0.3	0	
29	Крахмал	8.0			8.0		8.0			8.0	8.0	40.0	4.0	4.2	-0.2	-5%
30	Соль пищевая поварен	6.2	4.5	5.2	6.7	4.2	6.8	5.0	4.5	4.2	7.4	54.8	5.5	5.5	0	
31	Специи	3.1	2.8	1.9	1.5	2.9	1.0	2.8	0.5	1.7	3.1	21.4	2.1	2.0	0.1	+5%

Составил _____ Администратор