

СОГЛАСОВАНО

В.Н. Аглаева
Исполнительный директор

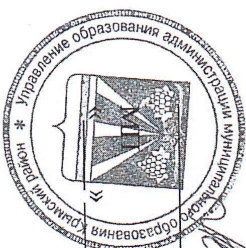
Исполнительный директор
И.С. Аглаева



УТВЕРЖДАЮ

Начальник управления образования
администрации муниципального
образования Крымский район

В.Н. Аглаева
В.Н. Аглаева



**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ 15-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЛЯ ДЕТЕЙ С 7 ДО 11 ЛЕТ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ
Г. КРЫМСКА И КРЫМСКОГО РАЙОНА**

Крымск 2025г.

Продукт питания	Наименование блюда	Всего блюда	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность	допустимая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)			
			Белки	Жиры	Углеводы	В1			В2	А	С	Са	Р	Мг	Fe	
День 1																
Завтрак	Омлет картофельный	180	16,74	29,80	3,17	347,59	210-2017	0,13	0,62	389,49	0,31	123,71	271,26	19,37	3,17	
	Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	102,00	386-2017	0,08	0,34	40,00	14,00	240,00	180,00	28,00	0,20	
	Фрукты, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20	
	Хлеб пшеничный помпр.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66	
	итого завтрак	540,00	27,78	35,50	54,25	634,87		0,30	1,05	429,49	14,41	393,51	514,46	76,17	6,23	
Обед	Салат из свежих овощей	60	0,45	3,61	1,41	39,96	20-2017	0,02	0,03	0,00	2,82	13,40	23,76	7,92	0,35	
	Расходник "Ленинградский" со сметаной	205	2,40	3,60	16,08	108,00	132-2004	0,08	0,05	6,70	6,70	23,32	45,38	19,34	0,74	
	Варенная рыба	90	11,34	5,31	13,50	147,60	388-2004	0,08	0,12	9,00	0,36	57,60	154,80	28,80	1,08	
	Сок фруктовый	150	2,85	2,40	16,05	145,50	541-2004	0,07	0,07	0,00	1,80	57,00	97,50	40,50	1,20	
	Сок фруктов	210	1,00	0,00	30,20	92,00	389-2017	0,03	0,03	0,00	4,2	14,70	14,70	8,40	2,90	
Итого обед	Хлеб пшеничный помпр.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,36		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49	
Итого за день:		793,00	23,11	15,76	105,45	713,56		0,36	0,38	15,70	11,68	183,96	413,12	126,86	8,09	
День 2		1333,00	50,89	51,26	159,70	1348,43		0,66	1,43	445,19	26,09	577,47	927,58	203,03	14,32	
Завтрак	Сыр помр.	15	3,48	4,43	0,60	53,75	15-2017	0,01	0,05	39,00	0,11	0,13	75,00	5,25	0,15	
	Ябло отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	209-2017	0,03	0,18	100,00	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00	
	Варенная курица	150	7,25	16,01	20,75	316,50	355-2004	0,53	0,32	100,15	0,28	140,45	202,15	24,00	0,55	
	Корейский салат с морковью	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379-2017	0,05	0,16	20,00	1,30	125,78	90,00	14,00	0,14	
	Брусника, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого завтрак	Хлеб пшеничный помпр.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66	
	Салат из свежих помидор	565,00	25,05	28,41	79,71	773,73		0,71	0,80	259,15	1,79	318,16	507,35	77,05	4,70	
	Суп с курицей	200	2,64	4,72	15,12	114,40	149-2004	0,01	0,01	0,00	0,60	17,50	10,00	4,41	0,16	
	Запеканка мясо-карфельная	205	10,13	10,38	28,19	266,37	284-2017	0,36	0,36	28,28	6,76	60,02	400,32	150,08	5,42	
	Кисель	200	0,00	0,00	42,20	162,00	648-2004	0,30	0,30	12,00	2,34	0,00	0,00	0,00	0,00	
Обед	Хлеб пшеничный помпр.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33	
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,36		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49	
Итого обед		743,00	18,50	19,60	125,78	706,95		0,78	0,78	40,28	22,99	115,32	502,04	187,41	7,93	
Итого за день:		1308,00	43,55	48,01	205,49	1540,68		1,49	1,58	299,43	24,78	433,48	1009,39	264,46	12,63	

Лист 3	Масляный отпарник	150	5,46	5,80	30,46	195,72	409,202	0,06	0,03	28,58	0,00	12,15	37,58	8,55	0,82
Затрат	Котлета рубчатая из птицы с соусом	120	15,40	18,19	18,48	299,08	209,317	0,11	0,18	66,78	0,81	67,22	84,28	21,75	1,66
	Котлет с мясом	200	3,78	0,67	26,00	125,11	382,2017	0,06	0,19	24,40	1,59	132,22	124,56	21,34	0,48
	Фрукты, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	43,00	338,2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
	Хлеб пшеничный полир.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66
Итого затрат		630,00	30,28	25,36	104,42	805,39		0,32	0,49	119,76	2,50	261,39	309,62	80,44	5,82
	Омлет натуральное (буржу)	60	0,48	0,06	1,72	9,00	71,2017	0,02	0,06	0,00	2,10	13,80	14,40	8,40	0,56
	Суп рисовый с мясом	225	3,44	3,68	11,76	118,08	151,2004	0,01	0,01	0,00	0,60	18,06	9,99	4,42	0,16
	Рыба тушеная с овощами	130	12,68	6,44	4,94	136,50	229,2017	0,07	0,07	7,57	4,85	50,80	210,85	63,09	1,11
Обед	Пюре картофельное	150	2,65	1,20	19,95	157,50	520,2004	0,14	0,14	0,00	18,16	36,98	86,60	27,75	1,01
	Сое. фрикадельки	210	1,00	0,00	20,00	92,00	389,2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Хлеб пшеничный полир.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
Итого обед		48	2,70	0,54	23,72	110,56		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	30,88	12,00	1,49
	Хлеб ржаной	853,00	25,30	12,22	96,58	693,58		0,25	0,39	7,57	29,71	151,58	412,82	133,56	7,26
Итого за день:		1483,00	55,58	37,58	201,00	1498,77		0,67	0,88	127,33	32,21	412,97	722,44	214,00	13,08
Лист 4	Каши пшенная с мясом	135	6,30	9,00	34,93	246,49	177,2017	0,14	0,11	40,45	0,77	108,08	52,32	40,52	1,21
Затрат	Сырники из творога с мясом сгущенным	70	9,09	8,55	21,24	195,50	358,2004	0,04	0,21	36,90	0,33	140,70	156,88	18,34	0,38
	Чай с лимоном	207,00	0,53	0,00	9,87	41,60	377,2017	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб пшеничный полир.	60	5,80	5,00	9,60	107,00		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66
Итого завтрак		492,00	21,62	22,55	75,64	590,59		0,24	0,39	77,35	3,93	276,78	265,80	81,66	2,61
	Салат из свежих овощей	60	0,45	3,61	1,41	39,96	20,2017	0,02	0,03	0,00	2,82	13,40	23,76	7,92	0,35
	Борщ со свеклой	205	1,36	4,08	8,24	74,40	109,2004	0,03	0,03	0,88	8,74	42,02	36,88	18,50	0,88
	Выпечка со соусом	90	8,20	10,74	8,73	173,58	208,2017	0,05	0,08	11,37	0,45	15,73	103,72	20,52	1,64
Обед	Макароны отварные	150	5,46	5,80	30,46	195,72	201,2017	0,06	0,03	28,58	0,60	12,15	37,58	8,55	0,82
	Компот из яблок свежих (яблоко)	200	0,20	0,20	30,60	118,20	817,2022	0,01	0,01	0,00	0,30	0,30	11,56	6,32	0,90
	Хлеб пшеничный полир.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,56		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	30,88	12,00	1,49
	Фрукты, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	43,00	338,2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого обед		853,00	21,64	25,37	118,15	827,36		0,28	0,28	40,83	12,41	117,54	301,48	92,71	8,61
Итого за день:		1375,00	43,26	47,92	193,79	1417,95		0,52	0,67	118,18	16,54	394,32	567,28	173,77	11,22

День 5	Итого сыроежки	150	3,95	5,88	62,34	321,00	196-2017	0,05	0,06	16,50	0,71	54,60	100,67	51,14	1,55
	Ябло отапливаем	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00	209-2017	0,03	0,18	100,00	0,00	22,00	72,00	5,00	1,00
	Сыр полужир	15	3,48	4,43	0,00	53,75	15-2017	0,01	0,05	39,00	0,11	0,13	75,00	5,25	0,15
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379-2017	0,05	0,16	20,00	1,30	125,78	90,00	14,00	0,14
	Фрукты, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
итого завтрак	Хлеб пшеничный подир.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Омлет натуральное (помидор)	535,00	19,38	17,98	106,81	708,09		0,20	0,50	175,50	2,22	225,41	379,77	94,29	5,37
	Расходник домашний со сметаной	60	0,66	0,12	2,28	14,40	71-2017	0,04	0,03	0,00	10,50	8,40	15,60	12,00	0,54
	Рагу из птицы	205	1,76	3,60	10,16	80,00	131-2004	0,08	0,06	0,00	10,50	31,80	52,66	22,40	0,86
	Каша из пшеницы с маслом	200	13,72	12,88	34,98	240,00	289-2017	0,08	0,16	15,78	12,92	41,52	119,66	43,52	2,11
Обед	Каша из пшеницы с маслом	200	1,30	0,08	32,73	138,00	289-2017	0,02	0,03	0,00	0,60	32,32	21,90	17,56	0,48
	Хлеб пшеничный подир.	60	4,74	0,60	28,98	140,28	289-2017	0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	32,20	19,80	0,66
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,56		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	30,88	12,00	1,49
	Итого обед	773,00	20,36	17,82	132,85	723,04		0,33	0,40	15,78	34,52	138,88	312,90	127,28	6,14
	Итого за день:	1308,00	39,74	35,80	239,66	1431,13		0,53	0,90	191,28	36,74	364,29	692,67	221,57	11,51
Несан 2															
День 6	Сыр полужир	15	3,48	4,43	0,00	53,75	15-2017	0,01	0,05	39,00	0,11	0,13	75,00	5,25	0,15
Завтрак	Каша манная молочная с маслом сливочным	155	1,64	2,17	12,23	74,90	181-2017	0,06	0,12	40,87	0,83	94,46	83,27	14,31	0,36
	Цып с соусом	215	0,53	0,00	9,47	40,00	376-2017	0,00	0,00	0,00	0,03	11,10	2,80	1,40	0,28
	Хлеб пшеничный подир.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	32,20	19,80	0,66
	Фрукты, ягоды свежие	100	0,90	0,10	0,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
	Кисло-молочный продукт	200	5,40	5,00	21,00	102,00		0,08	0,34	40,00	14,00	240,00	180,00	28,00	0,20
итого завтрак	Салат из свежих помидор	745,00	16,69	12,30	72,18	455,93		0,24	0,60	119,87	15,07	375,49	404,27	77,76	3,85
	Цып жареное со сметаной	60	0,66	3,66	2,06	43,68	23-2017	0,03	0,05	0,00	13,29	20,06	14,74	11,02	0,53
	Чай зеленый со сметаной	205	3,12	4,72	9,76	95,20	127-2004	0,14	0,09	10,00	19,10	69,16	94,14	62,98	2,42
	Чашакошан	125	9,75	9,50	8,00	158,75	491-2004	0,10	0,09	57,17	15,30	36,30	151,92	25,92	1,70
	Развары	150	2,85	2,40	16,95	117,83	335-2022	0,09	0,09	69,00	18,77	55,74	67,50	24,39	0,90
Обед	Сок фруктовый	210	1,00	0,00	20,30	92,00	386-2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Хлеб пшеничный подир.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,56		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	30,88	12,00	1,49
	Итого обед	828,00	22,45	21,12	95,18	687,96		0,47	0,41	136,17	70,46	213,20	419,28	154,21	10,17
	Итого за день:	1573,00	39,14	33,42	167,36	1143,89		0,71	1,01	256,04	85,53	588,69	823,55	231,97	14,02

День 7	Полешенки с мясоры	150	11,53	11,10	30,45	270,00	394-2022	0,06	0,12	30,00	0,15	96,00	139,50	18,00	0,90
Завтрак	Чай с лимоном	207	0,53	0,00	9,87	41,60	377-2017	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
	Печенье	28	2,00	2,70	20,80	119,50	проект	0,03	0,05	0,00	0,00	8,12	25,20	5,60	0,59
	Хлеб пшеничный вопр.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66
	итого завтрак	445,00	18,82	14,40	90,10	571,38	0,00	0,15	0,24	30,00	2,98	132,12	221,30	45,80	2,51
Обед	Салат из свежих овощей	60	0,45	3,61	1,41	39,96	20-2017	0,02	0,03	0,00	2,82	13,40	23,76	7,92	0,35
	Суп с мексиканскими ингредиентами	200	1,92	4,24	12,56	96,80	147-2004	0,05	0,02	0,00	0,76	21,84	29,42	12,18	0,58
	Помидоры свежие	105	10,63	9,54	2,09	192,24	231-2017	0,10	0,10	7,30	4,77	46,98	181,52	23,88	0,94
	Пюре картофельное	150	2,63	1,20	19,95	157,50	520-2004	0,14	0,14	0,00	18,16	36,98	86,60	27,75	1,01
	Сок фруктовый	210	1,00	0,00	20,30	92,00	385-2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты, яблоки свежие	100	0,00	0,10	9,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
	Хлеб пшеничный вопр.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,36		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49
Итого за день:		903,00	21,70	19,53	103,92	804,00		0,45	0,42	7,50	30,61	167,14	423,28	110,63	9,70
День 8		1348,00	40,52	33,93	194,02	1376,38		0,60	0,66	37,50	33,59	299,26	644,58	156,43	12,21
Завтрак	Рыба запеченная с травами	105	11,34	12,29	17,12	225,75	384-2004	0,05	0,06	23,86	1,59	31,86	85,52	19,40	1,09
	Сардинки из тунца с лимоном и специями	70	9,09	8,55	21,24	195,50	358-2004	0,04	0,21	36,90	0,33	140,70	156,88	18,34	0,38
	Чай с лимоном	207	0,53	0,00	9,87	41,60	377-2017	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб пшеничный вопр.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
итого завтрак		412,00	23,33	21,14	62,72	532,99		0,12	0,30	60,76	4,75	193,66	272,90	50,04	2,16
Обед	Омлет из курицы (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,40	71-2017	0,04	0,03	0,00	10,50	8,40	15,60	12,00	0,54
	Пш из свежей капусты	200	1,60	3,44	8,00	70,40	134-2004	0,03	0,03	0,00	13,70	40,58	31,08	15,00	0,54
	Тертая 2-я с соусом	90	6,11	6,79	4,00	116,19	462587-2017	0,05	0,07	27,00	0,34	19,35	68,03	13,50	0,56
	Капуста жареная	150	1,96	3,76	4,77	60,75	323-2017	0,03	0,03	24,00	9,00	17,94	28,14	8,04	0,93
	Сок фруктовый	210	1,00	0,00	20,00	92,00	389-2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты, яблоки свежие	100	0,00	0,10	9,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
	Хлеб пшеничный вопр.	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,36		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49
Итого обед		888,00	16,40	15,05	86,76	579,24		0,29	0,29	51,00	37,64	134,21	244,83	87,44	9,29
Итого за день:		1300,00	39,73	36,19	149,48	1112,23		0,41	0,59	111,76	42,39	327,87	517,73	137,48	11,55

День 9	Сыр полт.	15	3,48	4,43	0,00	53,79	15-2017	0,01	0,05	39,00	0,11	0,13	76,00	5,35	0,15
	Сух молочный с казеин, пастизован	200	4,38	3,80	2,51	120,00	120-2017	0,08	0,15	26,40	0,66	130,40	109,50	21,34	0,52
	Кофейный напиток с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,20	280-2017	0,05	0,16	20,00	1,30	125,78	90,00	14,00	0,14
	Печенье	28	2,00	2,70	20,80	119,50	проя	0,03	0,05	0,00	0,00	8,12	25,20	5,60	0,59
	Хлеб пшеничный полпр.	60	4,74	0,60	28,98	140,28	проя	0,08	0,30	40,00	2,60	240,00	180,00	28,00	0,20
	Хлеб пшеничный продукт	200	5,40	5,00	21,60	102,00	386-2017	0,08	0,34	40,00	14,00	240,00	180,00	78,00	0,20
	Кисломолочный продукт	703,00	23,60	19,20	103,09	690,73	20-2017	0,33	1,05	165,40	18,67	744,43	659,70	102,19	1,80
	Салат из свежих овощей	60	0,66	3,66	2,06	43,68	20-2017	0,02	0,03	0,00	2,82	13,40	23,76	7,92	0,35
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,96	4,48	17,84	133,60	139-2004	0,19	0,06	0,00	4,66	34,14	70,48	28,46	1,60
	Жареное мяс. домашнее	200	19,06	20,95	15,89	338,24	259-2017	0,14	0,20	4,42	7,23	34,86	23,15	48,55	4,42
Обед	Сос. фаршотный	210	1,00	20,20	92,00	386-2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	14,00	8,00	2,80
	Фрукты, яблода свежие	100	0,00	0,10	9,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
	Хлеб пшеничный полпр.	30	2,40	0,30	13,50	66,30	проя	0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,30	0,48	21,50	100,80	проя	0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49
Итого обед		848,00	30,38	29,97	160,49	809,62	0,49	0,42	4,42	19,31	130,34	481,37	123,83	12,19	
Итого за день:		1551,00	50,98	49,17	203,58	1560,35	0,82	1,47	169,82	37,88	874,77	1091,07	226,02	14,99	
День 10	Сырpinen из твердого с моцков срушением	70	9,09	8,55	21,24	195,50	358-2004	0,04	0,21	36,90	0,33	140,70	156,88	18,34	0,38
	Каши пшеница молочная	155	5,52	3,26	28,94	167,09	173-2017	0,10	0,12	38,61	0,68	103,62	155,92	31,24	1,67
	Мяс с мясомол	207	0,53	0,00	9,87	41,60	377-2016	0,00	0,00	0,00	2,83	14,20	4,40	2,40	0,36
	Хлеб пшеничный полпр	60	4,74	0,60	28,98	140,28	проя	0,08	0,30	40,00	2,60	240,00	180,00	28,00	0,20
	Салат из свежих помидор	492,00	19,88	12,41	89,03	544,47	23-2017	0,22	0,63	115,51	6,44	498,52	497,20	79,98	2,61
	Суп на овощей	60	0,66	3,66	2,06	43,68	135-2004	0,03	0,03	0,00	13,29	20,06	14,74	11,02	0,53
	Плов	200	1,76	3,52	79,20	135-2004	0,06	0,04	0,00	8,30	27,88	39,42	16,60	0,62	0,62
	Компот на пловах свежих (яблочк)	200	22,00	22,53	8,46	429,34	265-2017	0,08	0,15	0,00	1,71	18,98	266,86	32,39	3,54
	Фрукты, яблода свежие	200	0,20	0,20	30,60	118,20	817-2022	0,01	0,01	0,00	0,30	0,30	11,56	6,32	0,90
	Хлеб пшеничный полпр.	100	0,00	0,10	9,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого обед		30	2,40	0,30	13,50	66,30	проя	0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
	Хлеб ржаной	48	2,30	0,48	21,50	100,80	проя	0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49
Итого за день:		838,00	29,32	30,79	95,54	882,52	0,29	0,33	0,00	23,70	101,16	420,56	117,23	9,61	
		1330,00	49,20	43,20	184,57	1426,99	0,51	0,96	115,51	30,14	599,68	917,76	197,23	12,22	

Итого за 3														
Дата 11														
Затраты	Бутерброд горячий с сыром	50	5,60	8,50	14,20	156,00	7-2017	0,04	0,07	63,00	0,06	139,44	96,30	9,45
	Закусочная из картофеля со грибами, помидором	190	20,36	18,44	46,67	450,00	366-2004	0,12	0,57	123,50	0,90	371,62	408,80	50,46
	Хлеб пшеничный полдир	30	2,40	0,30	13,50	66,30	проем	0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90
	Компот из плодов смородины	200	1,30	0,08	32,73	138,00	акт 6/01 №61	0,02	0,03	0,00	0,60	33,32	21,90	17,56
		470,00	29,66	27,32	107,10	810,30		0,21	0,70	186,50	1,56	584,08	553,10	87,37
Итого затрат	Оплата нагретых (отурен)	60	0,48	0,06	1,72	9,00	71-2017	0,02	0,06	0,00	2,10	13,80	14,40	8,40
	Суп с макаронами из пшеницы, мясным фаршем, сметаной	235	7,51	7,29	10,61	148,52	111/105-2017	0,10	0,05	0,00	6,60	23,36	54,06	21,82
	Колбаса рубленая с мелкошинной капустой	90	12,33	13,77	14,67	227,20	455-2004	0,13	0,12	39,39	12,82	43,74	106,13	20,45
	Пюре картофельное	150	2,63	1,20	19,95	157,50	520-2004	0,14	0,14	0,00	18,16	36,98	86,60	27,75
	Сок фруктовый	210	1,00	0,00	20,20	92,00	389-2017	0,03	0,03	0,00	4,00	14,00	14,00	8,00
Офис	Фрукты, ягоды свежие	100	0,00	0,10	9,50	43,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00
	Хлеб пшеничный полдир	30	2,40	0,30	13,50	66,30	проем	0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90
	Хлеб ржаной	48	2,30	0,48	21,50	100,80	проем	0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00
		923,00	28,65	23,20	111,65	846,82		0,53	0,50	39,39	43,78	165,82	363,17	117,32
	Итого за день:	1393,00	53,83	50,52	218,75	1657,12		0,74	1,20	225,89	45,34	716,10	916,27	204,69
Итого за день: 12	Капша "Штерпак"	150	4,20	5,10	25,30	163,50	305-2004	0,12	0,14	0,00	0,00	21,00	84,00	31,50
	Кефирный напиток с мянком	200	3,60	2,67	29,30	155,20	384-2017	0,05	0,16	20,00	1,30	125,78	90,00	14,00
	Хлеб пшеничный полдир	60	4,74	0,60	28,98	140,28	проем	0,08	0,30	40,00	2,60	240,00	180,00	38,00
	Кисломолочный продукт	200	5,40	5,00	21,60	102,00	386-2017	0,08	0,34	40,00	14,00	240,00	180,00	28,00
		610,00	17,94	13,37	104,98	560,98		0,33	0,94	100,00	17,90	626,78	534,00	101,50
Итого затрат	Оплата нагретых (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,40	71-2017	0,04	0,05	0,00	10,50	8,40	15,60	12,00
	Суп картофельный с бобами	200	3,92	4,27	15,59	115,55	139-2004	0,19	0,06	0,00	4,66	34,14	70,48	28,46
	Безе-гроздья	100	14,60	23,10	5,13	290,00	250-2017	0,05	0,14	32,80	0,74	43,32	171,15	22,45
	Картофель жареный	150	4,15	14,27	31,75	277,50	147-2017	0,20	0,13	0,00	20,72	22,08	100,38	33,38
		200	0,20	0,20	30,60	118,20	817-2022	0,01	0,01	0,00	0,30	0,30	11,56	6,32
Офис	Компот из плодов смородины (абонит)	100	0,00	0,10	9,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00
	Фрукты, ягоды свежие	30	2,40	0,30	13,50	66,30	проем	0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90
	Хлеб пшеничный полдир	48	2,30	0,48	21,50	100,80	проем	0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00
	Хлеб ржаной	888,00	28,23	42,84	129,63	1027,75		0,60	0,47	32,80	37,02	142,18	460,05	133,51
		1498,00	46,17	56,21	234,61	1588,73		0,93	1,41	132,80	54,92	768,96	994,05	235,01
Итого за день:														

День 13																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									</
---------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----

Дев. 15	150	3,95	5,88	62,34	321,00	196 -2017	0,05	0,06	16,50	0,71	54,60	100,67	51,14	1,55
Пиво сытный	40,00	5,08	4,60	0,28	63,00	209-2017	0,03	0,18	100,00	0,00	22,00	77,00	5,00	1,00
Пиво отечественное	15	3,48	4,43	0,00	53,75	13 -2017	0,01	0,05	39,00	0,11	0,13	75,00	5,25	0,15
Сыр топленый	200	3,60	2,67	29,20	155,20	379-2017	0,05	0,16	20,00	1,30	135,78	90,00	14,00	0,14
Кефирный напиток с молоком	100	0,80	0,10	0,50	45,00	338-2017	0,03	0,02	0,00	0,10	16,00	11,00	9,00	2,20
Фрукты, ягоды свежие	30	2,37	0,30	14,49	70,14		0,03	0,03	0,00	0,00	6,90	26,10	9,90	0,33
Хлеб пшеничный полнор.	535,00	19,38	17,98	106,81	708,09		0,20	0,50	175,50	2,22	225,41	379,77	94,29	5,37
Овоши переработанные (помидор)	60	0,66	0,12	2,38	14,40	71-2017	0,04	0,03	0,00	10,50	8,40	15,60	12,00	0,54
Расходники домашний со сметаной	205	1,76	3,60	10,16	80,00	131 -2004	0,08	0,06	0,00	10,50	31,80	52,66	22,40	0,86
Рацион питания	200	13,72	12,88	34,98	240,00	289-2017	0,08	0,16	15,78	12,92	41,52	119,66	43,52	2,11
Компот из плодов сушеных	200	1,30	0,08	32,73	138,00	шт к/л №1	0,02	0,03	0,00	0,60	32,32	21,90	17,56	0,48
Хлеб пшеничный выпир.	60	4,74	0,60	28,98	140,28		0,06	0,07	0,00	0,00	13,80	52,20	19,80	0,66
Хлеб ржаной	48	2,70	0,54	23,72	110,36		0,05	0,05	0,00	0,00	11,04	50,88	12,00	1,49
Итого общ.	773,00	20,36	17,82	132,85	723,04		0,33	0,40	15,78	34,52	138,88	312,90	127,28	6,14
Итого за яну.	1308,00	39,74	35,80	239,66	143,13		0,53	0,90	191,28	36,74	364,29	692,67	221,57	11,51
Всего за 15 дней	21312	690	661	3082	21638		11	17	2770	608	8256	12563	3210	191

Наименование сборников рецептов, использованных для разработки меню:
1 Сборник рецептов на производство для обучающихся во всех образовательных учреждениях: ред. М.П.Матвеева и В.А.Тучакина - М.: Издательство, 2017 г.
2 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах: ред. В.Т.Лавинский - М.: Хлебозеропресс, 2004 - 639 с.
3 Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций: ред. В.А.Тучакина, Г.И.Овчинникова и В.А.Тучакина - М.: Издательство центр заповедных земель, 2012 - 698 с.
4 Химический состав российских продуктов питания: ред. И.М.Скрябина и В.А.Тучакина, М.: Издательство, 2002 г.