Согласовано:				У	тверждаю:
Начальник 1 смены школьного лагеря					Директор
«Простоканикулово»				_	
Л.Н.Еремеева				F	Н.В.Кузина
Начальник 2 смены школьного лагеря			При	каз №	38
М.А.Белянина	ΩТ «	23	<b>&gt;&gt;</b>	03	2024 гола

# Примерное дненадцатидневное цикличное меню для организации питания детей в школьном лагере с дневным пребыванием в период летних каникул 1 смена

3 июня

$N_{\underline{0}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
		3/	ABTPAK				
28.01	Фрукт	150	0.6	0.6	15	64.05	
	порционно/Яблоко						
74,14	Каша геркулесовая	200	8.68	12.51	31.2	251.95	
	молочная с маслом						
	сливочным						
693.08	Какао с молоком	200	4.68	5.15	22.58	151.5	
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		17.76	18.66	93.38	578.5	
			ОБЕД				
					1	1	
10	Салат из свежих овощей "Ассорти"	60	ОБЕД 0.6	3.1	2.2	38.6	
	"Ассорти"	60	0.6				
10 102.19	"Ассорти" Суп картофельный с			3.1	2.2	38.6	
	"Ассорти"	60	0.6				
	"Ассорти" Суп картофельный с горохом и пшеничными	60	0.6				
102.19	"Ассорти" Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками	60 200/50	0.6	3.1	19.85	129.2	
102.19	"Ассорти" Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная"	60 200/50	0.6	3.1	19.85	129.2	
102.19	"Ассорти"  Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная" (говядина, макароны)	200/50	0.6 4.8 15.34	3.1	19.85	129.2	
102.19	"Ассорти"  Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная" (говядина, макароны)  Кондитерские изделия /	200/50	0.6 4.8 15.34	3.1	19.85	129.2	
102.19 401/273 66037.03	"Ассорти"  Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная" (говядина, макароны) Кондитерские изделия / десерт Шокобраун	200/50 200 30	0.6 4.8 15.34 0.15	3.1 24.23 4.5	19.85 41.15 17.4	129.2 409.11 111.0	
102.19 401/273 66037.03	"Ассорти"  Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная" (говядина, макароны)  Кондитерские изделия / десерт Шокобраун Компот из фруктово/	200/50 200 30	0.6 4.8 15.34 0.15	3.1 24.23 4.5	19.85 41.15 17.4	129.2 409.11 111.0	
102.19 401/273 66037.03 519.01	"Ассорти"  Суп картофельный с горохом и пшеничными гренками Паста "Школьная" (говядина, макароны) Кондитерские изделия / десерт Шокобраун Компот из фруктово/ ягодной смеси	200/50 200 30 200	0.6 4.8 15.34 0.15 0.06	3.1 24.23 4.5 0.02	19.85 41.15 17.4 20.73	129.2 409.11 111.0 78.2	

4 июня

No	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм		-		ность	
		-				Ккал	
		3A	ВТРАК			•	
28.02	Фрукты порционно/ банан	220-250	3.75	1.25	52.5	240	
71.14	Каша молочная	200	9.02	11.12	41.2	392.1	
	рисовая с маслом						
	сливочным						
375.01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.6	
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		16.81	12.83	133.52	801.7	
29.26	C		ОБЕД	2.05	1.74	28.00	1
38.26	Салат из свежих	60	ОБЕД 0.34	2.05	1.74	28.09	
30.20	помидоров и огурцов с	00	0.51	2.03	1.71	20.07	
	маслом растительным						
124.26	Щи из свежей капусты	200/10	1.4	3.96	16.3	171.8	
	на бульоне со сметаной					-,-,-	
239.43	Тефтели из рыбы	50	11.73	15.06	19.57	182.94	
	тушеные в соусе						
	овощном						
520.08	Картофельное пюре с	150	3.25	9.25	22.02	138.76	
	маслом сливочным						
407	Сок фруктовый	200	0.2	0.26	22.2	86.4	
66037.03	Кондитерские изделия:	19	0.95	6.84	10.45	106.4	
	шоколад молочный						
	«Лёвушка детям»						
5.10	Хлеб ржано-	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	пшеничный						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		19.72	37.78	116.22	841.09	
	ИТОГО за два приема пит	ци	36.53	50.61	249.74	1642.79	

№	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
		3A	BTPAK				
340.12	Овощи порционно/огурец	30	0.24	0.03	0.75	4.04	
221.20	свежий	<b>7</b> 0	0.05	12.55	2.60	105.10	
331.39	Крокеты «Детские»	50	8.07	12.75	2.69	107.43	
	запеченные под соусом сметанным						
171.05	Гречка отварная с маслом	150	7,58	7,25	37.28	223.44	
	сливочным						
430.06	Чай с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	58	
	(витаминизированный)						
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		19.89	20.48	80.33	503.91	
			УБЕЛ				
52.05			) БЕД	2.04	2.26	20.07	
53.25	Салат из свежей капусты с огурцом «Зайчик»	60	0.77	3.04	2.26	30.97	
140.10	Суп картофельный с	200	5.1	4.16	19.1	156.30	
	клецками						
288.38	Птица порционная	90	13.89	12.37	1.38	168.97	
332.02	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5.70	3.43	36.45	270.31	
349.10	Компот из смеси	200	0.22	0	19.44	76.75	
	сухофруктов С-						
	витаминизированный						
66037.03	Кондитерские изделия/	38	4.56	0.76	9.42	80.94	
	вафли «Боярушка»						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		32.09	24.12	111.99	910.94	
	ИТОГО за два приема пищи		51.98	44.6	192.32	1414.85	

№	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
		3ABTP.	AK				
28.01	Фрукт порционно/Яблоко	150	0.6	0.6	15.0	64.05	
223.23	Запеканка творожная с	170	19.3	30.65	61.4	431.0	
	сусом молочным(сладким)						
375.01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.6	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		24.7	31.79	121.14	686.85	
			ОБЕД				
			, ,		1		
10	Салат из свежих овощей	60	0.6	3.1	2.2	38.6	
1060	«Ассорти»	200	12.0	10.1	41.0	207.7	
106.0	Суп картофельный с	200	12.0	12.1	41.2	287.7	
201.22	рыбными консервами	220	1 < 1 =	15.00	10.15	107.60	
291.33	Плов с птицей	230	16.15	17.02	48.46	407.63	
351.01	Кисель фруктовый	200	0.03	0.02	18.62	73.23	
66037.03	Кондитерские изделия	27	1.22	0.89	11.61	121.23	
	молочный шоколад						
	Лёвушка с ваф.						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.9	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		31.85	33.49	145.99	1055.09	
	ИТОГО за два приема пищи		56.55	65.28	267.13	1741.94	

7 июня

No	Наименование	Macca	Белк	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецеп	Блюда	порции	И	Грамм	Грамм	рий-	
T		Грамм	Грам	•		ность	
		-	M			Ккал	
		3AB'	ГРАК		•		
3.03	Сыр порционно	15	3.48	4.43	0.00	54.6	
786.04	Мучное кулинарное изделие/булочка творожная	60	6.69	5.77	29	194.89	
2.35	Каша молочная манная	200	7.12	11.68	31.06	257.63	
	с маслом сливочным						
303.16	Кофейный напиток с	200	5.0	3.20	24.66	141.28	
	молоком						
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	-	26.0	25.48	109.32	759.4	
			9				
		OE	БЕД				
71	Овощи порционно	30	1.32	0.03	1.32	10.5	
	помидор свежий						
124.26	Щи из свежей капусты	200/10	1.4	3.96	16.3	171.8	
	со сметаной						
267.89	Котлета куриная	90	16.5	16.03	40.92	341.39	
	запеченая с овощами		5				
330.01	Гороховое пюре с	150	17.2	2.85	38.12	250.46	
	маслом сливочным		6				
519.01	Компот из фруктово- ягодной смеси	200	0.06	0.02	20.73	78.2	
66037.03	Кондитерские изделия /	19	0.95	6.84	10.45	106.4	
	шоколад молочный						
	Лёвушка детям						
5.10	Хлеб ржано-	70	1.85	0.36	23.9	126.7	
	пшеничный						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		38.0	31.93	160.93	1300.73	
			8				
	ИТОГО за два приема пи	щи	65.4	55.57	261.06	1844.85	
			8				

$\mathcal{N}_{\underline{\circ}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм			_	ность	
						Ккал	
		3AE	ВТРАК				
28.02	Фрукт порционно/	250	2.25	0.5	20.25	100.0	
	апельсин						
345.24	Каша «Дружба»	200/5	6.5	7.8	38.5	249.8	
	молочная с маслом						
	сливочным						
430	Чай черный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	58	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		13.51	8.83	103.28	541	
		0	ГБП				
		О	БЕД				
340.12	Овощи	O 30	БЕД 0.24	0.03	0.75	4.04	
340.12	Овощи порционно/Огурец		, ' ' <u>'</u>	0.03	0.75	4.04	
340.12	,		, ' ' <u>'</u>	0.03	0.75	4.04	
340.12 151.25	порционно/Огурец		, ' ' <u>'</u>	0.03	0.75	4.04	
	порционно/Огурец свежий	30	0.24				
	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с	30	0.24				
151.25 489.07	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей	30 200/10 250	0.24	3.3	21.1 28.92	135.2 236.0	
151.25	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы по-	30 200/10	0.24	3.3	21.1	135.2	
151.25 489.07	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы по-домашнему с овощами	30 200/10 250	0.24 4.82 15.73	3.3	21.1 28.92	135.2 236.0	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет)	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73	3.3 14.66 0.3	21.1 28.92 22.2	135.2 236.0 86.4	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржано-	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73	3.3 14.66 0.3	21.1 28.92 22.2	135.2 236.0 86.4	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржанопшеничный	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73 0.2 1.85	3.3 14.66 0.3 0.36	21.1 28.92 22.2 23.94	135.2 236.0 86.4 126.7	
151.25 489.07 407 5.10	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржанопшеничный	30 200/10 250 200 70	0.24 4.82 15.73 0.2 1.85	3.3 14.66 0.3 0.36	21.1 28.92 22.2 23.94	135.2 236.0 86.4 126.7 588.3	

№	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм	-	-		ность	
		_				Ккал	
		3ABTPAF	ζ				
28.01	Фрукт порционно/Яблоко	150	0.6	0.6	15	64.05	
2.35	Каша манная молочная с	200	7.12	11.68	31.06	257.63	
	маслом сливочным						
693.08	Какао с молоком	200	4.68	5.15	22.58	151.5	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		16.96	17.91	98.16	606.38	
53.25	Салат «Зайчик»(	<u>ОБ</u> 60	0.77	3.04	2.26	30.97	
53.25	Салат «Зайчик»(			3.04	2.26	30.97	
	белокачанная капуста,						
	свежий огурец)						
138	Суп картофельный с	200/10	6.4	5.6	14.3	132.2	
	рисом с курицей						
401/273	Паста "Школьная"	200	15.34	24.23	41.15	409.11	
İ	(говядина, макароны)						
407	Сок фруктовый	200	0.2	0.26	22.2	86.4	
66037.03	Кондитерские изделия /	30	0.15	4.5	17.4	111.0	
<u> </u>	десерт Шокобраун						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		24.71	37.99	121.25	896.38	
	ИТОГО за два приема пищи		41.67	55.9	219.41	1502.76	

No॒	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	Депа
Тодонт	ыпода	Грамм	1 painin	1 painin	1 panini	НОСТЬ	
		1 paini				Ккал	
		3A	БТРАК			Ttituri	
28.02	Фрукт	250	2.25	0.5	20.25	100.0	
	порционно/Апельсин						
340.19	Омлет натуральный с	150	11.38	8.30	2.89	140.3	
	маслом сливочным						
430	Чай черный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	58	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		18.39	9.33	67.67	431.5	
						•	•
			ОБЕД				
72.22	Винегрет овощной	60	0.95	3.1	5.17	52.68	
	зап.м/р						
392.32	Суп-лапша домашняя с	200	12.93	11.41	29.29	264	
	фрикадельками						
288	Филе куриное тушеное	50/50	17.3	8.6	4.2	164.1	
	в сметанном соусе						
171.05	Гречка отварная с	150	7.58	7.25	37.28	223.44	
	маслом сливочным						
349.10	Компот из смеси	200	0.22	0	19.44	76.75	
	сухофруктов С-						
	витаминизированный						
66037.0	Кондитерские изделия/	27	1.22	0.89	11.61	121.23	
3	шоколад молочный						
	«Лёвушка с вафлями»						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		42.05	31.61	130.93	1028.9	
	ИТОГО за два приема пиш	И	60.44	40.94	198.6	1460.4	

12 июня

No	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	,
		Грамм	•	•		ность	
		_				Ккал	
	•	3A	ВТРАК		•		
3.01	Сыр порционно	10	2.3	3.0	0.00	36.4	
2.47	Каша молочная	200	7.43	8.65	46.9	258.0	
	пшенная с маслом						
	сливочным						
693	Какао с молоком	200	4.7	5.15	22.58	151	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
66037.03	Кондитерские изделия	38	4.56	0.76	9.42	80.94	
	вафли Боярушка						
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		23.55	18.04	108.42	659.54	
			ОБЕД		T		
71	Овощи порционно/	30	1.32	0.03	1.32	10.5	
	помидоры свежие						
124.26	Щи из свежей капусты	200/10	1.4	3.96	6.3	71.8	
	со сметаной						
33.10	Бифштекс «Детский»	90	13.79	15.01	14.92	250.85	
	под овощным соусом						
330.01	Гороховое пюре с	150	17.26	2.85	38.12	250.46	
	маслом сливочным						
407	Сок фруктовый	200	0.2	0.3	22.2	86.4	
5.10	Хлеб ржано-	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	пшеничный						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		35.82	22.51	106.80	796.71	
	ИТОГО В ДЕНЬ		59.37	40.55	215.22	1456.25	

13 июня

<u>No</u>	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углево	Кало-	Цена
Рецеп	Блюда	порции	Грамм	Грамм	ды	рий-	
T		Грамм		_	Грамм	ность	
						Ккал	
		3A1	ВТРАК				
28.01	Фрукт порционно/	150	0.6	0.6	15	64.05	
	Яблоко						
223.23	Запеканка творожная с	170	19.3	30.65	61.4	431.0	
	соусом						
	молочным(сладким)						
375.01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.6	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		24.7	31.8	121.2	686.85	
		C	БЕД				
10.11	Салат из свежих	60	0.6	3.1	2.2	38.6	
	овощей «Ассорти»						
140.10	Суп картофельный с	200	5.1	4.16	19.1	156.3	
	клецками						
436.98	Жаркое по-домашнему	230	11.74	13.60	31.79	304.60	
351.01	Кисель фруктовый	200	0.03	0.02	18.62	73.23	
66037.03	Кондитерские изделия	50	2.5	12.0	28.5	230.0	
	/ шоколад.батончик						
	помад-сливоч						
510	Хлеб ржано-	70	1.85	0.36	23.9	126.7	
	пшеничный						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		21.82	33.24	124.11	929.43	
	ИТОГО за два приема пип	ци	46.52	65.04	245.31	1661.28	

14 июня

№	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
		_				Ккал	
		3AB'	ТРАК				
3.03	Сыр порционно	15	3.48	4.43	0.00	54.6	
786.04	Булочка Творожная	60	6.69	5.77	29	194.89	
345.24	Каша молочная «Дружба»	200	6.5	7.8	38.5	249.8	
	с маслом сливочным						
303.16	Кофейный напиток на	200	5.00	3.20	24.66	141.28	
	молоке						
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		25.47	21.6	116.76	751.57	
		OE	БЕД				
38.26	Салат из свежих	60	0.34	2.05	1.74	28.09	
	помидоров и огурцов с						
	маслом растительным						
99.54	Суп овощной «Летний»	200	4.98	7.69	9.46	124.6	
267.66	Крокеты с кабачком	50	13.87	10.23	4.94	194.11	
520.08	Картофельное пюре с	150	3.25	9.25	22.02	138.76	
	маслом сливочным						
519.01	Компот из фруктово-	200	0.06	0.02	20.73	78.2	
	ягодной смеси						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
66037.03	Кондитерксое изделие/	27	1.22	0.89	11.61	121.23	
	шоколад молочный						
	«Лёвушка» с вафлями						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		25.57	30.49	94.44	811.69	
	ИТОГО за два приема пищи		51.04	52.09	211.20	1563.26	

15 июня

$\mathcal{N}_{\underline{0}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм	-	-		ность	
		_				Ккал	
		3A	ВТРАК				
28.02	Фрукт порционно/	200-250	3.75	1.25	52.5	240	
	Банан						
3.03	Макароны отварные с	15/150	8.02	6.38	36.45	226.71	
332.02	сыром и маслом						
	сливочным						
375,01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.58	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		16.57	8.17	133.69	658.49	
		(	ОБЕД				
53.25	Салат «Зайчик»	60	0.77	3.04	2.26	30.97	
	(капуста свежая с						
	огурцом свежим)						
106.0	Суп картофельный с рыбными консервами	200	12.0	12.1	41.2	287.7	
291.33	Плов с птицей	230	16.15	17.02	48.46	407.63	
407	Сок фруктовый (пакет)	200	0.2	0.26	22.2	86.4	
5.10	Хлеб ржано- пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	l	30.97	32.78	138.06	939.4	
T/I	ТОГО за два приема пиш	ш	47.54	40.95	271.75	1597.89	

17 июня

$N_{\underline{0}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм	_	_	_	ность	
						Ккал	
		3.4	ABTPAK			•	
28.01	Фрукт	150	0.6	0.6	15	64.05	
	порционно/Яблоко						
74,14	Каша геркулесовая	200	8.68	12.51	31.2	251.95	
	молочная с маслом						
	сливочным						
693.08	Какао с молоком	200	4.68	5.15	22.58	151.5	
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		17.76	18.66	93.38	578.5	
10	Салат из свежих овощей	60	ОБЕД 0.6	3.1	2.2	38.6	
10	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	60	0.6	3.1	2.2	38.6	
102.10	"Ассорти"	200/50	4.0	2.1	10.05	120.2	
102.19	Суп картофельный с горохом и пшеничными	200/50	4.8	3.1	19.85	129.2	
	гренками						
401/273	Паста "Школьная" (говядина, макароны)	200	15.34	24.23	41.15	409.11	
66037.03	Кондитерские изделия /	30	0.15	4.5	17.4	111.0	
<b>510.01</b>	десерт Шокобраун	200	0.06	0.00	20.72	70.0	
519.01	Компот из фруктово/	200	0.06	0.02	20.73	78.2	
F 10	ягодной смеси	70	1.07	0.26	22.04	1067	
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		22.8	35.31	125.27	892.81	
	ИТОГО за два приема пищі	M	40.56	53.97	218.65	1471.31	

18 июня

No	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм	1	•		ность	
		•				Ккал	
	,	3A	BTPAK			•	•
28.02	Фрукты порционно/ банан	220-250	3.75	1.25	52.5	240	
71.14	Каша молочная	200	9.02	11.12	41.2	392.1	
	рисовая с маслом						
	сливочным						
375.01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.6	
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		16.81	12.83	133.52	801.7	
38 26	Салат на свачину		ОБЕД	2.05	1 7/	28.00	
38.26	Салат из свежих	60	0.34	2.05	1.74	28.09	
	помидоров и огурцов с маслом растительным						
124.26	Щи из свежей капусты на бульоне со сметаной	200/10	1.4	3.96	16.3	171.8	
239.43	Тефтели из рыбы	50	11.73	15.06	19.57	182.94	
	тушеные в соусе овощном						
520.08	Картофельное пюре с	150	3.25	9.25	22.02	138.76	
407	маслом сливочным	200	0.2	0.26	22.2	96.4	
407 66037.03	Сок фруктовый	200	0.2	0.26	22.2	86.4	
00037.03	Кондитерские изделия: шоколад молочный	19	0.95	6.84	10.45	106.4	
	«Лёвушка детям»						
5.10	Хлеб ржано- пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		19.72	37.78	116.22	841.09	
	ИТОГО За два приема пи	1111	36.53	50.61	249.74	1642.79	
	ттого за два присма пи	ци	30.33	50.01	<i>L</i> 47./4	1042.19	

No	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
			ВТРАК				
340.12	Овощи порционно/огурец свежий	30	0.24	0.03	0.75	4.04	
331.39	Крокеты «Детские» запеченные под соусом сметанным	50	8.07	12.75	2.69	107.43	
171.05	Гречка отварная с маслом сливочным	150	7,58	7,25	37.28	223.44	
430.06	Чай с сахаром (витаминизированный)	200	0.2	0.05	15.01	58	
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		19.89	20.48	80.33	503.91	
	1		ОБЕД		T		
53.25	Салат из свежей капусты	60	0.77	3.04	2.26	30.97	
	с огурцом «Зайчик»						
140.10	Суп картофельный с клецками	200	5.1	4.16	19.1	156.30	
288.38	Птица порционная	90	13.89	12.37	1.38	168.97	
332.02	Макароны отварные с маслом сливочным	150	5.70	3.43	36.45	270.31	
349.10	Компот из смеси сухофруктов С- витаминизированный	200	0.22	0	19.44	76.75	
66037.03	Кондитерские изделия/ вафли «Боярушка»	38	4.56	0.76	9.42	80.94	
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.94	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		32.09	24.12	111.99	910.94	
	ИТОГО за два приема пищи	[	51.98	44.6	192.32	1414.85	

$\mathcal{N}_{\underline{0}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
		3ABTP	<b>АК</b>				
28.01	Фрукт порционно/Яблоко	150	0.6	0.6	15.0	64.05	
223.23	Запеканка творожная с	170	19.3	30.65	61.4	431.0	
	сусом молочным(сладким)						
375.01	Чай черный с лимоном	200	0.24	0.06	15.22	58.6	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		24.7	31.79	121.14	686.85	
10	Салат из свежих овощей	60	ОБЕД 0.6	3.1	2.2	38.6	
10	Салат из свежих овощеи «Ассорти»	60	0.6	3.1	2.2	38.6	
106.0	Суп картофельный с	200	12.0	12.1	41.2	287.7	
100.0	рыбными консервами	200	12.0	12.1	11.2	207.7	
291.33	Плов с птицей	230	16.15	17.02	48.46	407.63	
351.01	Кисель фруктовый	200	0.03	0.02	18.62	73.23	
66037.03	Кондитерские изделия	27	1.22	0.89	11.61	121.23	
	молочный шоколад						
	Лёвушка с ваф.						
5.10	Хлеб ржано-пшеничный	70	1.85	0.36	23.9	126.7	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		31.85	33.49	145.99	1055.09	
	ИТОГО за два приема пищи		56.55	65.28	267.13	1741.94	

No॒	Наименование	Macca	Белк	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецеп	Блюда	порции	И	Грамм	Грамм	рий-	
T		Грамм	Грам			ность	
			M			Ккал	
		3AB'	ГРАК				
3.03	Сыр порционно	15	3.48	4.43	0.00	54.6	
786.04	Мучное кулинарное	60	6.69	5.77	29	194.89	
	изделие/булочка						
	творожная						
2.35	Каша молочная манная	200	7.12	11.68	31.06	257.63	
	с маслом сливочным						
303.16	Кофейный напиток с	200	5.0	3.20	24.66	141.28	
	молоком						
0.09	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	111.0	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	•	26.0	25.48	109.32	759.4	
			9				
		OE	ЕД				
71	Овощи порционно	30	1.32	0.03	1.32	10.5	
	помидор свежий						
124.26	Щи из свежей капусты	200/10	1.4	3.96	16.3	171.8	
	со сметаной						
267.89	Котлета куриная	90	16.5	16.03	40.92	341.39	
	запеченая с овощами		5				
330.01	Гороховое пюре с	150	17.2	2.85	38.12	250.46	
	маслом сливочным		6				
519.01	Компот из фруктово-	200	0.06	0.02	20.73	78.2	
	ягодной смеси						
66037.03	Кондитерские изделия /	19	0.95	6.84	10.45	106.4	
	шоколад молочный						
	Лёвушка детям						
5.10	Хлеб ржано-	70	1.85	0.36	23.9	126.7	
	пшеничный						
	ИТОГО ЗА ОБЕД		38.0	31.93	160.93	1300.73	
			8				
	ИТОГО за два приема пи	щи	65.4	55.57	261.06	1844.85	
			8				

22 июня

$N_{\underline{0}}$	Наименование	Macca	Белки	Жиры	Углеводы	Кало-	Цена
Рецепт	Блюда	порции	Грамм	Грамм	Грамм	рий-	
		Грамм				ность	
						Ккал	
		3AE	BTPAK				
28.02	Фрукт порционно/	250	2.25	0.5	20.25	100.0	
	апельсин						
345.24	Каша «Дружба»	200/5	6.5	7.8	38.5	249.8	
	молочная с маслом						
	сливочным						
430	Чай черный с сахаром	200	0.2	0.05	15.01	58	
0.09	Хлеб пшеничный	60	4.56	0.48	29.52	133.2	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		13.51	8.83	103.28	541	
		0	БЕД				
340.12	Овощи	O 30	БЕД 0.24	0.03	0.75	4.04	
340.12	Овощи порционно/Огурец		_ ′ '	0.03	0.75	4.04	
340.12	· ·		_ ′ '	0.03	0.75	4.04	
340.12 151.25	порционно/Огурец		_ ′ '	0.03	0.75	4.04	
	порционно/Огурец свежий	30	0.24				
	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с	30	0.24				
151.25	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей	30 200/10	0.24	3.3	21.1	135.2	
151.25	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы по-	30 200/10	0.24	3.3	21.1	135.2	
151.25 489.07	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы по-домашнему с овощами	30 200/10 250	0.24 4.82 15.73	3.3	21.1 28.92	135.2 236.0	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет)	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73	3.3 14.66 0.3	21.1 28.92 22.2	135.2 236.0 86.4	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржано-	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73	3.3 14.66 0.3	21.1 28.92 22.2	135.2 236.0 86.4	
151.25 489.07 407	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржанопшеничный	30 200/10 250 200	0.24 4.82 15.73 0.2 1.85	3.3 14.66 0.3 0.36	21.1 28.92 22.2 23.94	135.2 236.0 86.4 126.7	
151.25 489.07 407 5.10	порционно/Огурец свежий Суп-лапша с картофелем с курицей Рагу из птицы подомашнему с овощами Сок фруктовый (пакет) Хлеб ржанопшеничный	30 200/10 250 200 70	0.24 4.82 15.73 0.2 1.85	3.3 14.66 0.3 0.36	21.1 28.92 22.2 23.94	135.2 236.0 86.4 126.7 588.3	