

Начальник ДЛТУДП "Газовик"

Колос/Колосова И.С.
" " 2025 г.

Директор ООО "Озон"

Г.И. Кулушева
2025 г.

**Примерное рекомендуемое меню на летний детский заезд
в ДК и С "Газовик" 2025 г.**

№ рецеп.	Наименование	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы	Калорийность
	Первый день (пн)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/20	9	14	30	280
302/2004	Каша манная молочная	1/200	8	10,67	48	321,33
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	512	17,3	24,67	93,2	661,33
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец, перец)	1/30/30	0,6	0,06	2,2	12
110/2004	Борщ с капустой и картофелем, сметана	1/200/10	1,4	4,5	13,2	98,4
437/2004	Гуляш из говядины	1/90/50	16	19	4	251
508/2004	Каша гречневая	1/150	6,3	3,5	28,5	154,1
813/2022	Компот из вишни с яблоками	1/200	0	0	20	82
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/40/40	9	1	48	228
	Итого:	840	33,3	28,06	115,9	825,5
	Полдник в 16.00					
499/2004	Котлеты рубленые из бройлеров-цыплят	1/050	7,8	10,4	8,28	156,6
518/2004	Картофель отварной	1/100	2	4,1	16,2	111
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/015	1	0	7	35
811/2022	Компот из клюквы	1/200	0	0	15	57,1
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	465	11,80	14,50	56,48	408,70
	Всего:		62,40	67,23	265,58	1895,53
	Второй день (вт)					
	Завтрак в 9.00					
2/2004	Бутерброды с джемом или повидлом	1/040	1,7	2,8	19,7	111
302/2004	Каша молочная геркулесовая	1/200	5,6	10,4	26,4	230
337/2004	Яйца вареные	1/040	5,1	4,6	0,3	63
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/030	1,99	0	13,99	70
	Итого:	510	17,43	21,68	78,03	591,67
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец свежий)	1/060	0,48	0,06	1,5	8,4
252/2022	Суп харчо	1/200	3,88	8,73	11,65	146,60
450/2004	Шницель натуральный рубленый	1/090/5	17,55	30,06	9,18	378,9
553/2004	Сложный гарнир (шоре картофельное, капуста тушеная)	1/150	3,5	6,8	19	152,3
824/2022	Компот из смородины	1/200	0	0	15	65
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/030	2	0	14	70
	Итого:	735	27,41	45,65	70,33	821,2
	Полдник в 16.00					

1022/2022	Курник	1/100	12,62	10,68	37,86	263
685/2004	Чай с сахаром	1/200/15	0,2	0	15	3
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	415	13,82	10,68	61,86	367,79
	Всего:		58,66	78,01	210,22	1780,66
	Третий день (ср)					
	Завтрак в 9.00					
10/2004	Бутерброд горячий с сыром	1/060	8,8	13,4	16,3	224,7
305/2004	Каша "Янтарная"	1/200	4,67	15,87	38,53	332
630/2004	Чай с молоком и сахаром	1/200	1	1	12	65
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/040	2,67	0	18,67	93,33
	Итого:	500	17,14	30,27	85,5	715,03
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидор свежий)	1/060	0,66	0,12	2,28	14,4
139/2004	Суп картофельный с бобовыми	1/200	5	7	17,8	133,3
587/2022	Курица по-сицилийски	1/100	24,27	6,8	3,88	172,81
512/2004	Рис припущенный	1/150	4	6	41	241
815/2022	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	1/200	0	0	17	71
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/40/30	8	1	41	195
	Итого:	780	41,93	20,92	122,96	827,51
	Полдник в 16.00					
333/2004	Макароны с сыром	1/150	5,40	10,13	30,40	229,90
640/2004	Кисель из плодов или ягод свежих	1/200	0	0	23	94
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	450	6,40	10,13	62,40	367,90
	Всего:		65,47	61,3	270,86	1910,44
	Четвертый день (чт)					
	Завтрак в 9.00					
1/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное	1/60/10	5	8	30	207
302/2004	Каша кукурузная молочная	1/200	4,6	8	39,4	252
693/2004	Какао с молоком	1/200	4	4	20	133
пром пр	Печенье диетическое в индивидуальной упаковке	1/030	1,77	4,50	16,20	113,40
	Итого:	500	15,37	24,5	105,6	705,4
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидоры, огурцы свежие)	1/30/30	0,6	0,09	2,6	11,1
132/2004	Рассольник "Ленинградский", сметана	1/200/10	3,4	4,6	17,08	125
371/2004	Рыба припущенная	1/100	26	10	0	179,3
520/2004	Пюре картофельное	1/150	3,15	6,75	21,9	163,5
639/2004	Компот из сухофруктов (курага)	1/200	1	0	25	106
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/45/40	10	1	50	240
	Итого:	805	44,15	22,44	116,58	824,9
	Полдник в 16.00					
366/2004	Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/150/10	25,7	17,3	16,2	314,95
783/2022	Чай фруктовый	1/200	0	0	9	33
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	460	26,70	17,30	35,20	396,95
	Всего:		86,22	64,24	257,38	1927,25
	Пятый день (пт)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/20	9	14	30	280

556/2022	Каша "Дружба"	1/200	6,47	6,47	38,82	248,53
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	512	15,77	20,47	84,02	588,53
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец свежий)	1/060	0,48	0,06	1,5	8,4
124/2004	ПЦи из свежей капусты с картофелем, сметаной	1/200/10	1,6	5,44	8	87,4
438/2004	Азу	1/90/150	17,47	26,21	19,42	386,4
636/2004	Компот из апельсинов или мандаринов	1/200	0	0	24	101
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/45/40	10	1	50	240
	Итого:	755	29,55	32,71	102,92	823,2
	Полдник в 16.00					
1013/2022	Плюшка "Московская"	1/100	8,73	5,82	59,22	321,33
	Йогурт питьевой	1/270	8,1	6,48	12,15	140,40
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	470	17,83	12,30	81,37	510,73
	Всего:		63,15	65,48	268,31	1922,46
	Шестой день (сб)					
	Завтрак в 9.00					
2/2004	Бутерброды с джемом или повидлом	1/040	1,7	2,8	19,7	111
302/2004	Каша овсяная молочная	1/200	6	11,2	26,4	238
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/060	4	0	28	140
	Итого:	500	14,74	17,88	91,74	606,67
	Обед в 12.50					
20/2004	Салат из свежих помидоров и огурцов	1/080	0,72	5,68	2,56	70,4
279/2022	Суп с клецками	1/200	3,88	3,88	19,41	130,09
451/2004	Биточки	1/090	14,31	12,96	14,4	234,9
600/2004	Соус сметанный	1/030	0,72	3,06	1,5	36,6
508/2004	Каша гречневая	1/150	6,3	3,5	28,5	154,1
811/2022	Компот из клюквы	1/200	0	0	15	57,1
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/30/25	6	0	32	155
	Итого:	805	31,93	29,08	113,37	838,19
	Полдник в 16.00					
пром пр	Печенье диетическое в индивидуальной упаковке	1/050	3,20	6,00	10,50	117,00
	Сок т/п	1/200	1	0,2	22	88
	Фрукт	1/160	2	1	34	154
	Итого:	410	6,20	7,20	66,50	359,00
	Всего:		52,87	54,16	271,61	1803,86
	Седьмой день (нп)					
	Завтрак в 9.00					
10/2004	Бутерброд горячий с сыром	1/060	8,8	13,4	16,3	224,7
302/2004	Каша рисовая молочная	1/200	3	8	31,6	218
630/2004	Чай с молоком и сахаром	1/200	1	1	12	65
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/030/15	5	0	25	121
	Итого:	505	17,8	22,4	84,9	628,7
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидоры, огурцы свежие)	1/30/30	0,6	0,09	2,6	11,1
138/2004	Суп картофельный с крупой	1/200	1,40	4,20	13,20	97,60
423/2004	Бефстроганов	1/90/50	15,53	17,47	5,83	246,6

516/2004	Макаронные изделия отварные	1/150	5,25	6,15	35,03	220,00
815/2022	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	1/200	0	0	17	71
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/35/30	7	1	38	183
	Итого:	815	29,78	28,91	111,66	830,19
	Полдник в 16.00					
605/2022	Ежики куриные	1/050	7,76	2,91	5,82	85,44
287,522/2004	Сложный овощной гарнир (капуста цветная, запеченная под соусом, картофель жареный (в пароконвектомате)	1/100	3,40	9,80	15,85	167,00
685/2004	Чай с сахаром	1/200/15	0,2	0	15	58
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/015	1	0	7	35
	Фрукт	1/100	1	0	10	45
	Итого:	430	13,36	12,71	53,67	390,44
	Всего:		60,94	64,02	250,23	1849,33
	Восьмой день (вт)					
	Завтрак в 9.00					
1/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное	1/60/10	5	8	30	207
302/2004	Каша ячневая молочная	1/200	8	10,6	46,6	313,33
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
пром пр	Печенье диетическое в индивидуальной упаковке	1/030	1,77	4,50	16,20	113,40
	Итого:	500	17,81	26,98	110,44	751,4
	Обед в 12.50					
10/2022	Бутерброд с рыбой	1/060	6,1	6,8	15	145,5
135/2004	Суп из овощей	1/200	1,76	3,52	9,92	79,2
491/2004	Чахохбили из курицы	1/100/75	19,4	29,1	6,8	368,9
389/2022	Пюре из бобовых (горох)	1/150	14,8	5,5	34,95	249,5
811/2022	Компот из клюквы	1/200	0	0	15	57,1
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/15/15	2,63	0,86	12,83	72,6
	Итого:	815	44,69	45,78	94,5	972,8
	Полдник в 16.00					
1074/2022	Лепешка с сыром	1/100	9,70	11,65	43,68	313,59
685/2004	Чай с сахаром	1/200/15	0,2	0	15	58
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	415	10,90	11,65	67,68	415,59
	Всего:		73,40	84,41	272,62	2139,79
	Девятый день (ср)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/20	9	14	30	280
302/2004	Каша молочная кукурузная	1/200	4,6	8	39,4	252
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	512	13,9	22	84,6	592
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидор свежий)	1/060	0,66	0,12	2,28	14,4
140/2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	2,2	2,3	7,9	61,6
537/2022	Котлеты "Московские"	1/090	13,98	15,72	11,36	242,04
600/2004	Соус сметанный	1/030	0,72	3,06	1,5	36,6
512/2004	Рис припущенный	1/150	3,6	6	37,05	220,5
824/2022	Компот из смородины	1/200	0	0	15	65
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/35/30	7	1	38	183

	Итого:	795	28,16	28,2	113,09	823,14
	Полдник в 16.00					
366/2004	Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/150/10	25,7	17,3	16,2	314,95
783/2022	Чай фруктовый	1/200	0	0	9	33
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	460	26,70	17,30	35,20	396,95
	Всего:		68,76	67,50	232,89	1812,09
	Десятый день (чт)					
	Завтрак в 9.00					
1/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное	1/60/10	5	8	30	207
365/2022	Каша пшеничная с изюмом	1/150	4,35	5,82	26,21	172,5
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
	Йогурт	1/115	2,53	5,75	19,55	140,3
	Итого:	535	14,92	23,45	93,4	637,47
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец свежий)	1/060	0,48	0,06	1,5	8,4
132/2004	Рассольник "Ленинградский", сметана	1/200/10	3,4	4,6	17,08	125
371/2004	Рыба припущенная	1/100	26	10	0	179,3
520/2004	Пюре картофельное	1/150	3,15	6,75	21,9	163,5
813/2022	Компот из вишни с яблоками	1/200	0	0	20	82
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/60/40	11	1	58	275
	Итого:	820	44,03	22,41	118,48	833,2
	Полдник в 16.00					
1019/2022	Ватрушка с повидлом	1/100	7,00	4,00	61,00	305,00
	Сок т/п	1/200	1	0,2	22	88
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	400	9,00	4,20	92,00	437,00
	Всего:		67,95	50,06	303,88	1907,67
	Одиннадцатый день (пт)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/20	9	14	30	280
340/2004	Омлет натуральный	1/200	20	33,4	3,8	398
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	512	29,3	47,4	49	738
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидоры, огурцы свежие)	1/30/30	0,6	0,09	2,6	11,1
110/2004	Борщ с капустой и картофелем, сметана	1/200/10	1,4	4,5	13,2	98,4
495/2004	Котлеты натуральные из филе птицы, соус сметанный	1/90/30	27	9,18	1,96	204
508/2004	Каша гречневая	1/150	6,3	3,5	28,5	154,1
639/2004	Компот из сухофруктов (курага)	1/200	1	0	25	106
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/60/35	10	1	54	259
	Итого:	835	46,3	18,27	125,26	832,6
	Полдник в 16.00					
333/2004	Макароны с сыром	1/150	5,40	10,13	30,40	229,90
685/2004	Чай с сахаром	1/200/15	0,2	0	15	58
	Фрукт	1/100	1	1	15	72
	Итого:	465	6,60	11,13	60,40	359,90
	Всего:		82,20	76,80	234,66	1930,50
	Двенадцатый день (сб)					
	Завтрак в 9.00					

10/2004	Бутерброд горячий с сыром	1/060	8,8	13,4	16,3	2
356/2022	Каша "Дружба"	1/200	6,47	6,47	38,82	248,3
630/2004	Чай с молоком и сахаром	1/200	1	1	12	65
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/040	2,6	0	18,66	93,33
	Итого:	500	18,87	20,87	85,78	631,56
	Обед в 12.50					
56/2022	Салат из капусты белокочанной и сладкого перца	1/080	1	5	3	64
275/2022	Уха по-царски	1/200	7,76	7,76	6,8	127,18
438/2004	Азу	1/90/150	17,47	26,21	19,42	386,4
811/2022	Компот из клюквы	1/200	0	0	15	57,1
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/35/35	8	1	42	200
	Итого:	750	34,23	39,97	86,22	834,68
	Полдник в 16.00					
пром пр	Печенье диетическое в индивидуальной упаковке	1/050	3,20	6,00	10,50	117,00
	Сок т/п	1/200	1	0,2	22	88
	Фрукт	1/160	2	1	34	154
	Итого:	350	6,20	7,20	66,50	359,00
	Всего:		59,30	68,04	238,50	1825,24
	Тринадцатый день (пн)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/30	12	17	30	316
302/2004	Каша манная молочная	1/200	8	10,67	48	321,33
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
	Итого:	505	23,04	31,55	95,64	755
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидор свежий)	1/060	0,66	0,12	2,28	14,4
252/2022	Суп харчо	1/200	3,88	8,73	11,65	146,60
437/2004	Гуляш из говядины	1/90/50	16	19	4	251
516/2004	Макаронные изделия отварные	1/150	5,25	6,15	35,03	220,89
815/2022	Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	1/200	0	0	17	71
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/30/15	5	0	25	121
	Итого:	795	30,79	34	94,96	824,89
	Полдник в 16.00					
366/2004	Запеканка творожная со сгущенным молоком	1/150/10	25,7	17,3	16,2	314,95
783/2022	Чай фруктовый	1/200	0	0	9	33
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	460	26,70	17,30	34,20	391,95
	Всего:		80,53	82,9	224,80	1971,84
	Четырнадцатый день (вт)					
	Завтрак в 9.00					
2/2004	Бутерброды с джемом или повидлом	1/040	1,7	2,8	19,7	111
340/2004	Омлет натуральный	1/200	20	33,4	3,8	398
630/2004	Чай с молоком и сахаром	1/200	1	1	12	65
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/060	4	0	28	140
	Итого:	500	26,7	37,2	63,5	714
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидоры, огурцы свежие)	1/30/30	0,6	0,09	2,6	11,1
139/2004	Суп картофельный с бобовыми	1/200	5	7	17,8	133,3
453/2022	Рыба, запеченная с сыром	1/100	23,3	12,62	0,97	207,76

520/2004	Пюре картофельное	1/150	3,15	6,75	21,9	163,3
824/2022	Компот из смородины	1/200	0	0	15	6,3
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/60/30	9	1	51	24,9
	Итого:	800	41,05	27,46	109,27	822,60
	Полдник в 16.00					
1013/2022	Плюшка "Московская"	1/100	8,73	5,82	59,22	321,33
	Йогурт питьевой	1/270	8,1	6,48	12,15	140,40
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	470	17,83	12,30	80,37	505,73
	Всего:		85,58	76,96	253,14	2042,39
	Пятнадцатый день (ср)					
	Завтрак в 9.00					
10/2004	Бутерброд горячий с сыром	1/060	8,8	13,4	16,3	224,7
302/2004	Каша пшеничная молочная	1/200	5,8	9,2	31,8	240
693/2004	Какао с молоком	1/200	4	4	20	133
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/040	2,67	0	18,67	93,33
	Итого:	500	21,27	26,6	86,77	691,03
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец свежий)	1/060	0,48	0,06	1,5	8,4
124/2004	Щи из свежей капусты с картофелем, сметана	1/200/10	1,6	5,44	8	87,4
443/2004	Плов	1/90/150	19,6	22,3	40,8	424,2
811/2022	Компот из яблок	1/200	0	0	15	57,1
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/60/35	10	1	54	259
	Итого:	805	31,68	28,8	119,3	836,1
	Полдник в 16.00					
976/2022	Сочник	1/100	12,62	13,60	46,60	362,10
	Сок т/п	1/200	1	0,2	22	88
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	400	14,62	13,80	78,60	499,10
	Всего:		67,57	69,20	284,67	2026,23
	Шестнадцатый день (чт)					
	Завтрак в 9.00					
1/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное	1/60/10	5	8	30	207
302/2004	Каша овсяная молочная	1/200	6	11,2	26,4	238
775/2022	Кофейный напиток из цикория с молоком	1/200	3,04	3,88	17,64	117,67
	Кондитерское изделие в индивидуальной упаковке	1/030	1,77	4,5	16,2	113,4
	Итого:	500	15,81	27,58	90,24	676,07
	Обед в 12.50					
10/2022	Бутерброд с рыбой	1/060	6,1	6,8	15	145,5
279/2022	Суп с клецками	1/200	3,88	3,88	19,41	130,09
451/2004	Бигочки	1/090/5	14,31	12,96	14,4	234,9
389/2022	Пюре из бобовых (горох)	1/150	14,8	5,5	34,95	249,5
813/2022	Компот из вишни с яблоками	1/200	0	0	20	82
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/15/15	2,63	0,86	12,83	72,6
	Итого:	735	41,72	30	116,59	914,59
	Полдник в 16.00					
605/2022	Ежики куриные	1/050	7,76	2,91	5,82	85,44
630/2022	Ризотто	1/100	1,94	7,77	22,33	174,75
685/2004	Чай с сахаром	1/200/15	0,2	0	15	58
Гост26987	Хлеб пшеничный	1/015	1	0	7	35
	Фрукт	1/100	1	0	9	44
	Итого:	480	11,90	10,68	59,15	397,19
	Всего:		69,43	68,26	265,98	1987,85

	Семнадцатый день (пт)					
	Завтрак в 9.00					
3/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное, сыр	1/60/10/20	9	14	30	280
356/2022	Каша "Дружба"	1/200	6,47	6,47	38,82	248,53
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
	Итого:	512	15,77	20,47	84,02	588,53
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (помидоры, огурцы свежие)	1/30/30	0,6	0,09	2,6	11,1
132/2004	Рассольник "Ленинградский", сметана	1/200/10	3,4	4,6	17,08	125
499/2004	Котлеты рубленые из бройлер-цыплят	1/090	14,04	18,72	14,9	281,88
564/2004	Сложный гарнир (пюре картофельное, горошек консервированный)	1/120/30	3,52	5,4	19,52	142,8
824/2022	Компот из смородины	1/200	0	0	15	65
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/40/40	9	1	48	228
	Итого:	790	30,56	29,81	117,1	853,78
	Полдник в 16.00					
1091/2022	Средиземноморская пицца с курицей и сыром	1/100	11,65	9,70	32,04	261,07
	Сок т/п	1/200	0	0	24	96
закрытие	Мороженое	1/070	2,90	8,10	15,10	144,90
	Шоколад	1 шт.	8,82	31,23	45,36	498,6
	Фрукт	1/100	1	0	10	49
	Итого:	555	24,37	49,03	126,50	1049,57
	Всего:		70,70	99,31	327,62	2491,88
	Восемнадцатый день (сб)					
	Завтрак в 9.00					
1/2004	Хлеб пшеничный, масло сливочное	1/60/10	5	8	30	207
302/2004	Каша молочная кукурузная	1/200	4,6	8	39,4	252
337/2004	Яйца вареные	1/040	5,1	4,6	0,3	63
693/2004	Какао с молоком	1/200	4	4	20	133
	Итого:	510	18,7	24,6	89,7	655
	Обед в 12.50					
572/2004	Овощи натуральные (огурец свежий)	1/060	0,48	0,06	1,5	8,4
140/2004	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/200	2,2	2,3	7,9	61,6
491/2004	Чахохбили из курицы	1/100/75	19,4	29,1	6,8	368,9
508/2004	Каша гречневая	1/150	6,3	3,5	28,5	154,1
686/2004	Чай с сахаром, лимоном	1/200/15/7	0,3	0	15,2	60
Гост26987	Хлеб (пшеничный, ржаной)	1/35/30	7	1	38	183
	Итого:	837	35,68	35,96	97,9	836
	Полдник в 16.00					
пром пр	Печенье диетическое в индивидуальной упаковке	1/050	3,20	6,00	10,50	117,00
	Сок т/п	1/200	1	0,2	22	88
	Фрукт	1/160	2	1	34	154
	Итого:	350	6,20	7,20	66,50	359,00
	Всего:		60,58	67,76	254,10	1850,00
	Средняя калорийность составила		68,65	70,31	260,39	1948,61

	ИТОГО ЗА СМЕНУ ВСЕГО		1235,71	1265,61	4687,05	35075,01
	ИТОГО ЗА СМЕНУ ВСЕГО соотношение, %		3,52	3,62	13,33	

Меню разработано технологами СО/ЦД и ОП ООО "Озон".

Литература:

Справочник "Химический состав пищевых продуктов"/Под ред. М.Скурихина, М.Н.Волгарева. - М.: ВО "Агропромиздат", 1987 г.

Сборник рецептур и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах/ Под общей ред. В.Г. Ланниной издательство "Хлебпродинформ" 2004.

"Химический состав пищевых продуктов"/ Под ред. А.А. Покровского, М., 1976 г.

Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций, Онищенко, В.А.Тутельян, Д.Б. Никитюк, 2022

Заместитель директора:



А.В. Чекрыгин

Начальник СО/ЦД и ОП:



Т.В. Иванова

Зав. производством:



М.А. Онищенко

Технолог СО/ЦД и ОП:



Р.Р. Кальметиева