

532,42 сумма на день								
Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 1								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
79	Запеканка из творога с молоком сгущеным	225	30,16	42,29	43,66	697,50	0,62	192,50
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	1,58	22,20
ГП	Сдоба в ассортименте	100	3,55	7,40	28,05	193,00	0,02	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1075	41,47	52,97	118,50	1145,30	2,22	316,08
Обед								
47	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,10	6,10	4,70	78,00	8,25	60,62
43	Суп с рыбными консервами	250	9,24	7,24	16,00	166,25	12,05	77,57
29	Гуляш	100	12,86	12,76	2,92	179,00	1,20	102,81
24	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,01	10,37	45,14	310,80	0,00	28,03
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	200,00	11,35
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1180	38,29	37,82	154,69	1116,45	235,20	394,76
								710,84
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		79,76	90,79	273,19	2261,75	237,42	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		126,60	140,98	101,90	118,79	484,53	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 2								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
9	Каша вязкая молочная манная	200	7,14	7,14	39,22	249,00	0,30	28,39
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1095	18,34	29,85	90,41	707,33	0,47	193,92
Обед								
95	Салат из белокочанной капусты и свежего огурца	100	1,89	8,16	4,61	99,54	25,20	46,95
60	Суп картофельный с бобовыми (фасоль)/ с мясом (250/10)	260	8,10	7,26	21,00	177,00	6,28	40,20
78	Запеканка из печени с луком	100	14,13	9,16	9,13	176,76	86,60	68,27
7	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	21,79	41,29
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	23,89	100,00	0,73	8,95
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1190	32,68	31,75	144,04	997,82	154,30	320,04
								513,96
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		51,02	61,60	234,45	1705,15	154,77	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		80,98	95,65	87,45	89,56	315,86	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 3								
№ ТК (ГТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
51	Каша "Дружба"	200	5,21	7,16	27,84	193,84	1,93	28,91
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
18	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	18,00
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80	1,30	22,10
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1020	22,97	29,05	76,61	664,97	3,37	156,39
Обед								
52	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	6,00	5,50	80,00	57,45	70,16
28	Рассольник ленинградский/со сметаной/с мясом (250/5/10)	265	5,69	8,48	20,03	190,00	8,87	45,73
112	Птица запеченная	100	23,36	26,58	0,08	340,00	1,36	52,56
11	Макаронные изделия отварные	180	6,79	8,10	34,85	173,88	0,00	22,66
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1195	41,32	50,21	138,63	1131,28	81,41	308,64
								465,03
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		64,29	79,26	215,24	1796,25	84,78	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		102,05	123,07	80,28	94,34	173,02	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 4								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
9	Каша вязкая молочная рисовая	200	5,73	7,14	40,65	249,00	1,20	31,40
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1095	16,93	29,85	91,84	707,33	1,37	196,93
Обед								
115	Салат из свежих овощей с кукурузой	100	1,42	3,65	4,67	57,50	26,37	49,51
22	Борщ с капустой и картофелем/со сметаной/с мясом (250/5/10)	265	5,37	8,30	9,79	148,00	11,32	37,66
117	Рыба, запеченная с картофелем	200	11,87	5,30	46,40	140,16	13,09	98,14
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	200,00	11,35
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1115	23,74	18,60	146,79	728,06	264,48	311,04
								507,97
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		40,67	48,45	238,63	1435,39	265,85	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		64,56	75,23	89,01	75,39	542,55	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 5								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
119	Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	11,56	12,95	52,62	379,87	0,28	55,38
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	2,00	5,95
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1085	17,72	21,14	103,92	687,87	2,28	177,71
Обед								
47	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	1,10	6,10	4,70	78,00	8,25	60,62
55	Суп картофельный с клецками/с мясом птицы (250/10)	260	9,38	7,29	20,92	210,00	5,51	35,80
91	Рагу из овощей с мясом	210	8,82	10,71	28,56	261,66	14,8	94,30
86	Кисель плодово-ягодный	200	1,36	0,00	29,02	121,52	0,00	15,22
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1120	25,04	25,15	146,33	956,58	42,26	320,32
								498,03
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		42,76	46,29	250,25	1644,45	44,54	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		67,87	71,88	93,34	86,37	90,90	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 6								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
87	Омлет натуральный	230	9,90	15,39	4,37	187,50	1,00	103,60
2	Кофейный напиток с молоком	200	3,58	2,68	28,34	151,80	1,30	22,10
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Сдоба в ассортименте	100	3,55	7,40	28,05	193,00	0,02	60,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1195	23,13	33,65	96,81	776,30	2,32	302,08
Обед								
95	Салат из белокочанной капусты и свежего огурца	100	1,89	8,16	4,61	99,54	25,20	46,95
33	Щи из свежей капусты с картофелем/со сметаной/с мясом (250/5/10)	265	5,34	8,42	7,90	135,00	10,56	37,31
58	Котлеты, биточки, шницели (из говядины)	100	15,17	10,19	13,27	203,00	0,17	117,90
7	Пюре картофельное	180	3,74	6,12	22,28	159,12	21,79	41,29
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	23,89	100,00	0,73	8,95
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
	Итого	995	30,36	33,94	102,08	846,06	67,95	306,78
								608,86
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		53,49	67,59	198,89	1622,36	70,27	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		84,90	104,95	74,19	85,21	143,41	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 7								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
9	Каша вязкая молочная пшенная	200	8,33	8,33	41,4	274,00	1,46	30,03
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1095	19,53	31,04	92,59	732,33	1,63	195,56
Обед								
23	Салат витаминный	100	1,10	10,10	10,60	138,00	5,71	21,87
5	Суп картофельный с бобовыми (горох) /с мясом (250/10)	260	8,45	7,18	21,24	177,00	6,10	34,10
69	Печень, тушенная в соусе	100	16,30	6,70	1,90	133,00	28,86	65,54
24	Каша рассыпчатая гречневая	180	10,01	10,37	45,14	310,80	0,00	28,03
35	Напиток из шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00	200,00	11,35
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1190	40,94	35,70	164,81	1141,20	254,37	275,27
								470,83
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		60,47	66,74	257,40	1873,53	256,00	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		95,98	103,63	96,01	98,40	522,45	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 8								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
120	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01	29,89
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
36	Какао с молоком	200	3,76	3,20	26,74	150,80	1,58	22,20
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Сдоба в ассортименте	100	3,55	7,40	28,05	193,00	0,02	60,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1195	24,36	39,12	110,93	895,14	2,75	274,47
Обед								
94	Салат из белокочанной капусты с морковью и зеленым горошком	100	1,70	10,13	10,68	141,68	31,30	40,34
22	Борщ с капустой и картофелем/со сметаной/с мясом (250/5/10)	265	5,37	8,30	9,79	148,00	11,32	37,66
42	Рыба, запеченная в сметанном соусе	100	10,83	12,23	3,90	170,00	1,65	74,06
105	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	35,64	254,40	7,15	22,50
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
	Итого	995	26,31	40,12	105,18	925,48	60,95	232,09
								506,56
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		50,67	79,24	216,11	1820,62	63,70	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		80,43	123,04	80,61	95,62	130,00	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 9								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
9	Каша вязкая молочная манная	200	7,14	7,14	39,22	249,00	0,30	28,39
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
57	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	15,04	62,00	0,03	3,15
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1095	18,34	29,85	90,41	707,33	0,47	193,92
Обед								
52	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	100	1,10	6,00	5,50	80,00	57,45	70,16
40	Суп картофельный с макаронными изделиями/ с мясом (250/10)	260	6,17	4,79	22,44	150,00	5,51	36,31
112	Птица запеченная	100	23,36	26,58	0,08	340,00	1,36	52,56
103	Капуста тушеная	180	6,66	10,44	17,64	113,40	28,14	44,14
17	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,00	23,89	100,00	0,73	8,95
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной в индивидуальной упаковке	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1190	42,11	48,86	132,68	1068,80	106,89	326,50
								520,42
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		60,45	78,71	223,09	1776,13	107,36	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		95,95	122,22	83,21	93,28	219,10	

Дети с дневным пребыванием в летний период								
День 10								
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамин С, мг	ЦЕНА
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	
Завтрак								
9	Каша вязкая молочная геркулесовая	200	7,99	9,38	35,51	257,00	0,96	30,11
59	Масло сливочное (порциями)	10	0,10	8,20	0,10	75,00	0,00	14,50
13	Сыр (порции)	20	5,00	6,33	0,00	77,33	0,14	31,50
30	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	15,25	64,00	2,00	5,95
ГП	Йогурт в инд.упаковке	115	2,10	8,10	16,00	140,00	0,00	75,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,08	20,05	104,00	0,00	5,38
ГП	Вода бутилированная	500	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	36,00
	Итого	1095	19,25	32,10	86,91	717,33	3,10	198,44
Обед								
114	Салат овощной	100	1,36	4,17	3,91	59,38	30,60	46,59
100	Суп "Шахтерский" с мясом	250	4,15	6,04	19,68	144	7,9	37,32
90	Жаркое по-домашнему	200	12,69	13,51	18,67	254,55	10,36	107,60
86	Кисель плодово-ягодный	200	1,36	0,00	29,02	121,52	0,00	15,22
ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,45	11,37	62,40	0,00	3,23
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,96	40,00	0,00	1,81
70	Плоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47,00	9,50	49,34
ГП	Сок фруктовый или овощной	200	0,60	0,00	33,00	136,00	4,20	60,00
	Итого	1100	23,94	24,77	134,41	864,85	62,56	321,11
								519,55
			Б	Ж	У	Эн/ц	Вит С	
	Итого за день		43,19	56,87	221,32	1582,18	65,66	
	Суточная потребность (70% от норматива)		63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00	
	Процент удовлетворения суточной потребности		68,56	88,31	82,55	83,10	134,00	
	Средняя стоимость за 10 дней							532,21

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 12					
	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Вит С (мг)
	Б	Ж	У		
Итого за 10 дней	546,77	675,54	2328,57	17517,81	1350,35
Итого за 1 дней	54,68	67,55	232,86	1751,78	135,04
Соотношение Б:Ж:У	1,00	1,24	4,26		
Суточная потребность (70% от норматива)	63,00	64,40	268,10	1904,00	49,00
Процент удовлетворения суточной потребности	86,79	104,90	86,85	92,01	275,58

Примечание: ГП - готовый продукт.

* в технологических картах указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника

дни	завтрак	обед	
	25	35	
1	42,11	41,05	
2	26,00	36,68	
3	24,45	41,59	
4	26,00	26,77	
5	25,29	35,17	
итого	143,85	181,26	
ср.зн.	28,8	36,3	
6	28,54	31,11	
7	26,92	41,96	
8	32,91	34,03	
9	26,00	39,29	
10	26,37	31,80	
итого	140,75	178,18	
ср.зн.	28,2	35,6	

В целях реализации требований Санитарного Законодательства в части выполнения нормы питания на период летнего отдыха и оздоровления в каникулярное время, при повышенной физической нагрузке суточный рацион увеличен на 10% в день.