





Сезон: весна-лето

Летом давайте пазель зачип

10.01.19

10.01.19

10.01.19

ПОНЕДЕЛЬНИК - 1 января



№№№	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
193	Чаша льняная молочная жидкая					
277	Хлеб молочный	150,00/5,00	3,55	6,50	26,32	187,50
1.12	Батон мясной	75,00	4,87	8,00	46,12	275,00
4.10	Сыр плавленый	60,00	3,90	1,60	35,60	177,40
104	Какао с молоком	10,00	2,70	2,65	0,00	35,00
		300,00	3,60	3,30	13,70	100,00
ИТОГО по приему: Завтрак		480,00	20,62	22,15	121,74	769,90

№№№	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01	Огурцы свежие порционно	60,00	0,17	0,05	1,34	14,00
66	Суп с лапшой домашней	200,00	2,08	3,44	9,28	76,80
132.01	Плов из куриного филе	200,00	33,86	40,53	34,66	661,33
293	Компот из сухофруктов	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
1.05	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
ИТОГО по приему: Обед		720,00	41,51	44,67	94,68	959,73
ИТОГО по приему: За день		1 200,00	62,13	66,82	216,42	1 729,63

Шеф-повар



Сезонное питание

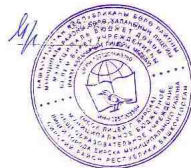
Лагерь детского оздоровления

Итого по

Итого за

Итого за

Питание за 1 неделю



№п/п	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
223	Запеканка из творога с повидлом	120,00/20,00	15,20	10,95	19,16	236,80
1.32	Фрукты свежие, шт	100/-	0,10	2,30	21,85	128,80
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
1.04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
ИТОГО по приему: Завтрак		485,00	20,07	14,81	73,91	528,55

№п/п	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
6	Салат из белокочанной капусты	60,00	1,27	2,70	6,15	53,70
61	Суп с рисовой крупой	200,00	2,60	2,50	19,30	112,00
1/233	Биточки куриные с томатным соусом	60,00/30,00	8,10	5,05	7,10	105,40
172	Каша гречневая рассыпчатая	150,00/5,00	8,66	5,66	37,83	240,00
317	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
1.08	Хлеб ржаной	60,00	5,10	1,98	28,98	155,00
ИТОГО по приему: Обед		765,00	25,73	17,90	122,86	755,10
ИТОГО по приему: За день		1 250,00	45,80	32,71	196,77	1 283,65

Шеф-повар

УЧЕБКА

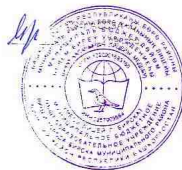
Андрей



Сезон: весна-лето

Лагерь детского оздоровления

СРЕДА - 9 июля



№п/п	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
190	Чай манная молочная	150,00/5,00	4,50	5,00	22,33	161,66
1	Сдоба Майская	50,00	5,10	4,21	27,60	161,66
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
104	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
1	Масло порционно	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>460,00</b>	<b>13,17</b>	<b>18,96</b>	<b>80,73</b>	<b>537,27</b>

№п/п	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
10.01	Огурцы свежие порционно	60,00	0,17	0,05	1,34	14,00
56	Борщ со свежей капустой и сметаной	200,00/5,00	1,36	4,00	9,28	77,60
96	Гуляш из говядины	60/50	16,90	17,50	3,70	240,00
111	Макаронные изделия отварные	150,00/5,00	5,50	4,20	33,30	196,00
285	Напиток лимонный	200,00	0,20	0,00	19,80	77,00
103	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>750,00</b>	<b>28,63</b>	<b>26,35</b>	<b>96,22</b>	<b>743,20</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 250,00</b>	<b>41,80</b>	<b>45,31</b>	<b>176,95</b>	<b>1 280,47</b>

Шеф-повар

Шу, Кутманов

Утверждаю:  
*В. Верещин*

№ 161/1 - 1 апреля

401 07

Р. 1

В. В. В.



№ п/п	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
180	Каша рисовая молочная					
132	Фрукты свежие, шт	150,00/5,00	3,90	3,40	27,70	173,25
284	Чай с лимоном и сахаром	100/шт	0,10	2,40	22,80	134,40
400	Сыр порционный	200,00	0,20	0,03	9,30	38,00
104	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	10,00	2,70	2,65	0,00	35,00
	Итого по приему: Завтрак	510,00	3,37	8,45	21,60	103,95
			10,27	10,93	81,40	484,60

№ п/п	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
6	Салат из белояичанной капусты					
63	Суп с бобовыми	60,00	1,27	2,70	6,15	53,70
109/233	Котлеты из говядины с томатным соусом	200,00	6,32	3,44	25,20	159,20
138	Пюре картофельное	60,00/30,00	5,07	5,72	6,70	100,30
108	Хлеб ржаной	150,00/5,00	3,08	4,91	20,00	138,33
293	Компот из сухофруктов	60,00	3,10	1,98	28,98	155,00
	Итого по приему: Обед	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
	Итого по приему: За день	765,00	21,74	18,80	107,63	695,53
		1 275,00	32,01	29,73	189,03	1 180,13

Шеф-повар

*В. В. В.*



Сезон: летний  
Летель д-вого пребывания

МЕТРИ  
ЦЕНТОВ  
СМЕТОВ

ПЕРИОД: 1 неделя



№П/К	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
195	Каша молочная Душуба	150,00/5,00	4,56	5,33	24,38	174,16
1	Масло сливочное	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
104	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
249	Пирожки печеный с яблоком	75,00	4,60	4,00	33,30	188,00
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>485,00</b>	<b>14,13</b>	<b>20,18</b>	<b>90,88</b>	<b>600,11</b>

№П/К	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
10,01	Огурцы свежие порционно	60,00	0,17	0,05	1,34	14,00
66	Суп с лапшой домашней	200,00	2,08	3,44	9,28	76,80
1	Каша гречневая с куриным филе с томатным соусом	200,00/30,00	12,00	36,53	43,77	258,21
3	Сок фруктовый	200,00			23,40	94,00
103	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>750,00</b>	<b>18,75</b>	<b>40,62</b>	<b>106,59</b>	<b>581,61</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 235,00</b>	<b>32,88</b>	<b>60,80</b>	<b>197,47</b>	<b>1 181,72</b>

Шеф-повар *Д. Д. Д. Д.*

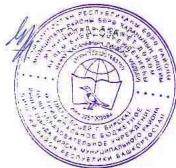


Взвешивание  
Лверин



Сезон: весна-лето  
Длительность пребывания

ПОНЕДЕЛЬНИК - 2 М. ДИЭ



№ТХ	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
194	Каша пшеничная молочная	150,00/5,00	5,41	5,08	26,58	177,50
1	Масло сливочное	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
132	Фрукты свежие, шт	100/шт	3,37	0,45	21,60	103,95
284	чай с лимоном и сахаром	200,00	0,20	0,03	9,30	38,00
ИТОГО по приему: Завтрак		510,00	9,17	16,86	76,58	505,43

№ТХ	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
21	Салат витаминный	60,00	0,98	2,70	5,67	54,00
54	Рассольник Ленинградский со сметаной	200,00/5,00	1,58	4,16	12,32	95,20
118	Резь овощное с мясом	200,00	14,30	17,30	14,00	269,00
317	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
132	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,30	0,60	28,80	138,60
ИТОГО по приему: Обед		725,00	21,46	24,76	85,29	645,80
ИТОГО по приему: За день		1 235,00	30,63	41,62	161,87	1 152,25

Шеф-повар *Ольга Кугмина*





УТВЕРЖДАЮ:  
*А.Вершин*

ГРУППА: 2 НОРВЕДЯ



Сезон: весна/лето

Лагерь: день и пребывания

№п/п	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
190	Каша манная молочная	150,00/5,00	4,50	6,00	22,33	161,66
284	Чай с лимоном и сахаром	200,00	0,20	0,03	9,30	38,00
1,04	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,95
1	Масло порционно	10,00	0,10	8,30	0,10	75,00
1,32	Фрукты свежие, шт	100/шт	0,09	2,00	19,00	112,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>510,00</b>	<b>8,26</b>	<b>16,78</b>	<b>72,33</b>	<b>490,61</b>

№п/п	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
14,01	Помидоры свежие порционно	60,00	0,48	0,01	2,08	18,00
36	Борщ со свежей капустой и сметаной	200,00/5,00	1,36	4,00	9,28	77,60
3	Каша рисовая с куриным филе	200,00	21,80	24,70	33,60	423,00
1,05	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
295	Напиток лимонный	200,00	0,20	0,00	19,80	77,00
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>725,00</b>	<b>28,34</b>	<b>29,31</b>	<b>93,56</b>	<b>734,20</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 235,00</b>	<b>36,60</b>	<b>46,09</b>	<b>165,89</b>	<b>1 224,81</b>

Шеф-повар

*Шев, Куминова,*

Утверждено

Ш.Вершин



Сезон: весна-лето

Лагерь дневного пребывания

ЧЕТВЕРГ - НЕДЕЛЯ



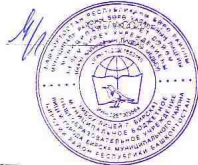
№п/п	Завтрак	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
181	Каша молочная овсяная "Геркулес"	150,00/5,00	6,00	7,58	26,25	198,33
112	Батон нарезной	40,00	3,90	1,60	35,60	172,40
132	Фрукты свежие, шт	100/шт	0,09	2,00	19,00	112,00
410	Сыр порционно	10,00	2,70	2,65	0,00	35,00
283	Чай с молоком и сахаром	200,00	1,40	1,10	11,30	59,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>505,00</b>	<b>14,09</b>	<b>14,93</b>	<b>92,15</b>	<b>576,73</b>

№п/п	Обед	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, кКал
			Белки	Жиры	Углеводы	
21	Салат Витаминный	60,00	0,98	2,70	6,67	54,00
63	Суп с Бобовыми	200,00	6,32	3,44	25,20	159,20
1/233	Биточки куриные с томатным соусом	60,00/30,00	8,10	5,06	7,10	105,40
211	Макаронные изделия отварные	150,00/5,00	5,50	4,20	33,30	196,00
105	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
293	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>765,00</b>	<b>26,30</b>	<b>16,05</b>	<b>121,67</b>	<b>742,20</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 270,00</b>	<b>40,39</b>	<b>30,98</b>	<b>213,82</b>	<b>1 318,93</b>

Шеф-повар



№ 001/Кл. 0/000000



№ п/п	Наименование	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>Завтрак</b>					
196	Каша пшеничная молочная	150,00/5,00	3,41	6,08	26,38	177,50
104	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	45,00	3,37	0,45	21,60	103,55
277	Хлеб молочный	75,00	4,87	8,00	46,12	275,00
1	Масло сливочное	10,00	0,00	8,30	0,10	75,00
282	Чай с сахаром	200,00	0,10	0,00	9,10	35,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>510,00</b>	<b>13,85</b>	<b>22,83</b>	<b>103,50</b>	<b>666,45</b>

№ п/п	Наименование	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>Обед</b>					
100	Опудры свежие позиционно	60,00	0,17	0,03	1,34	14,00
66	Суп с лапшой домашней	200,00	2,08	3,44	9,28	76,80
14	Тефтели в томатном соусе	60,00/30,00	3,76	5,10	5,10	90,60
172	Каша гречневая рассыпчатая	150,00	8,66	5,66	37,83	240,00
103	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
317	Напиток яблочный	200,00	0,00	0,00	23,50	89,00
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>765,00</b>	<b>21,17</b>	<b>14,85</b>	<b>105,85</b>	<b>649,00</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 275,00</b>	<b>35,02</b>	<b>37,68</b>	<b>209,35</b>	<b>1 315,45</b>

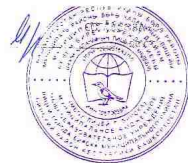
Шеф-повар

И.В.Керем

21 Вифор



КУРСОВАЯ РАБОТА



№П/К	Наименование	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.
			Белки	Жиры	Углеводы	
155	Каша молочная Гречка	130,00/5,00	4,66	6,33	24,58	174,26
112	Батон -артезий	40,00	3,90	1,60	35,50	172,40
132	Фрукты свежие, шт	100/шт	0,09	1,00	19,00	112,00
410	Сыр порционный	10,00	2,70	2,65	0,00	35,00
284	Чай с лимоном и сахаром	200,00	0,20	0,03	9,30	38,00
<b>ИТОГО по приему: Завтрак</b>		<b>505,00</b>	<b>11,55</b>	<b>12,61</b>	<b>88,48</b>	<b>531,56</b>

№П/К	Наименование	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал.
			Белки	Жиры	Углеводы	
141	Помидоры свежие порционно	60,00	0,48	0,01	2,08	18,00
53	Шш из свежей капусты со сметаной	200,00/5,00	1,36	4,48	6,72	72,80
118	Рагу овощное с мясом	200,00	14,30	17,30	14,00	269,00
105	Хлеб пшеничный обогащенный для детского питания	60,00	4,50	0,60	28,80	138,60
293	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,90	0,05	20,60	89,00
<b>ИТОГО по приему: Обед</b>		<b>725,00</b>	<b>21,54</b>	<b>22,44</b>	<b>72,20</b>	<b>587,40</b>
<b>ИТОГО по приему: За день</b>		<b>1 230,00</b>	<b>33,09</b>	<b>35,05</b>	<b>160,68</b>	<b>1 118,96</b>

Шеф-повар

*В. В. Курманов*

УЗБЕКИСТАН  
eВерей



Адрес:	ВЕРЕЩАГИН
Фамилия:	Андрей
Сумма:	1297,340
Возвратная часть:	39,74
Углезоды:	42,75
	1380,83

eВерей

УЗБЕКИСТАН: УТ Верей-А.А. Верей-А.А.



Шеф-новар BA , Кумирова