

Согласовано:
 Начальник лагеря
 _____ / Курносова Т. В./
 « 05 » _____ 2024г.



Утверждаю:
 Директор МОУ «Новоакшинская средняя
 общеобразовательная школа»
 _____ / Старостина С. В. /
 « 05 » _____ 2024г.

Цикличное десятидневное сбалансированное меню рационов горячего питания (завтрак, обед) для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

| 1 день | | | | | | | |
|----------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|----------------------------------|----------|--------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность ккал | Сборник | |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | ТК№ | Год издания |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | ТК № 1 | 2012 |
| Каша "Боярская" | 155 | 6,40 | 21,50 | 30,60 | 330,70 | ТК № 186 | 2008 |
| Какао с молоком | 200 | 2,90 | 2,50 | 6,20 | 27,00 | ТК № 079 | |
| Йогурт в инд.упак. | 115 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | ТК № 060 | |
| Яблоко свежее | 150 | 0,62 | 0,62 | 15,20 | 70,20 | ТК № 089 | |
| Вафли | 30 | 1,50 | 1,20 | 6,60 | 63,00 | ТК № 061 | |
| Итого за прием пищи: | 690 | 20,17 | 37,37 | 83,82 | 714,90 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Огурец свежий (нарезка) | 90 | 0,50 | 0,10 | 1,00 | 10,00 | ТК № 05 | |
| Суп картофельный с мясом кур | 200/20 | 6,10 | 9,40 | 9,90 | 176,00 | ТК № 96 | 2008 |
| Рыба запеченная с овощами | 100/30 | 18,90 | 19,10 | 1,10 | 204,00 | ТК № 251 | 2012 2008 |
| Макароны отварные | 150 | 5,10 | 9,35 | 42,50 | 436,76 | ТК № 309 | 2012 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,40 | 0,10 | 7,20 | 20,00 | ТК № 059 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,3 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 820 | 35,5 | 39,35 | 88,10 | 980,00 | | |
| Всего за день: | 1510 | 88,87 | 76,72 | 171,92 | 1694,9 | | |
| 2 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139,00 | ТК № 3 | 2012 |
| Омлет с зеленым горошком | 200 | 20,00 | 24,80 | 25,80 | 281,00 | ТК № 219 | 2012 |
| Кисель фруктовый | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,80 | 118,00 | ТК № 063 | |
| Зефир | 50 | 0,40 | 0,10 | 39,90 | 83,00 | ТК № 074 | |
| Банан свежий | 200 | 2,14 | 0,71 | 30,00 | 192,00 | ТК № 084 | |
| Итого за прием пищи: | 695 | 27,71 | 32,51 | 138,16 | 813,00 | | |

| Обед | | | | | | | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------|-------------|
| Салат из свежей капусты с кукурузой | 60 | 0,60 | 6,10 | 2,00 | 75,00 | ТК № 22 | 2008 |
| Борщ из свежей капусты с мясом кур | 200/20 | 6,40 | 7,00 | 10,10 | 242,40 | ТК № 57 | 2012 |
| Куры отварные (порционно) с овощами | 100/30 | 18,90 | 19,10 | 1,10 | 204,00 | ТК № 203 | |
| Картофельное пюре | 150 | 3,10 | 4,80 | 20,50 | 141,00 | ТК № 321 | 2012 |
| Чай с лимоном | 200/10 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 21,00 | ТК № 073 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,3 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 830 | 33,60 | 27,42 | 67,40 | 945,40 | | |
| Всего за день: | 1566 | 71,59 | 70,55 | 155,56 | 1695,9 | | |
| 3 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Блины с молоком сгущенным | 120/40 | 27,30 | 19,00 | 33,20 | 323,00 | 237 | 2012 |
| Чай с лимоном | 200/10 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 21,00 | ТК № 073 | |
| Йогурт в инд.упаковке | 115 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | ТК № 060 | |
| Мандарин | 100 | 0,73 | 0,36 | 7,40 | 42,70 | ТК № 075 | |
| Итого за прием пищи: | 585 | 37,36 | 27,41 | 130,18 | 718,70 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из огурцов и помидоров | 60 | 5,5 | 8,20 | 2,10 | 105,00 | 27 | 2008 |
| Суп-лапша домашняя с птицей | 200/20 | 5,6 | 6,50 | 9,90 | 206,20 | 86 | 2012 |
| Котлеты, рубленые из индейки, запеченные с молочным соусом | 100 | 11,6 | 12,90 | 10,00 | 256,00 | 281 | 2012 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 3,8 | 4,20 | 5,00 | 114,00 | 320 | 2012 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,20 | 7,90 | 96,80 | ТК № 076 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,3 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 782 | 31,16 | 33,30 | 61,30 | 912,00 | | |
| Всего за день: | 1482 | 68,52 | 60,71 | 191,48 | 1630,70 | | |

| 4 день | | | | | | | |
|--------------------------------------|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------|-------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | ТК № 1 | 2012 |
| Макароны, запеченные с сыром | 180 | 8,40 | 7,50 | 34,40 | 336,00 | ТК № 207 | 2012 |
| Какао с молоком | 200 | 2,90 | 2,50 | 6,20 | 27,00 | ТК № 079 | |
| Вафли | 30 | 1,50 | 1,20 | 6,60 | 63,00 | ТК № 061 | |
| Творог в инд. упак. | 100 | 7,50 | 6,00 | 1,50 | 113,00 | ТК № 067 | |
| Апельсин | 150 | 1,40 | 0,27 | 12,20 | 64,50 | ТК № 080 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 24,15 | 25,02 | 75,52 | 739,50 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат овощной | 60 | 0,66 | 6,10 | 2,20 | 64,00 | ТК № 25 | 2008 |
| Рассольник ленинградский с мясом кур | 200/20 | 6,80 | 7,60 | 14,30 | 266,00 | ТК № 76 | 2012 |
| Зразы мясные с яйцом | 100 | 13,10 | 5,80 | 15,05 | 256,00 | ТК № 265 | 2012 |
| Картофельное пюре | 150 | 2,80 | 4,60 | 18,00 | 125,00 | ТК № 322 | 2012 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,20 | 0,00 | 6,40 | 68,00 | ТК № 081 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 800 | 28,06 | 25,40 | 82,35 | 913,00 | | |
| Всего за день: | 1500 | 52,21 | 50,42 | 157,87 | 1652,5 | | |
| 5 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139,00 | ТК № 3 | 2012 |
| Каша "Янтарная" | 150 | 5,00 | 7,40 | 28,10 | 179,20 | ТК № 187 | 2008 |
| Чай с лимоном | 200 | 1,50 | 1,30 | 5,60 | 24,00 | ТК № 066 | |
| Печенье | 40 | 3,80 | 3,80 | 28,80 | 130,00 | ТК № 083 | |
| Банан свежий | 200 | 2,14 | 0,71 | 30,00 | 192,00 | ТК № 084 | |
| Йогурт в инд. упаковке | 125 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | ТК № 060 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 23,47 | 24,09 | 117,66 | 752,20 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Винегрет овощной | 60 | 0,81 | 3,72 | 4,60 | 74,00 | ТК № 45 | 2012 |

| Суп картофельный с горохом из мяса кур | 200/20 | 3,70 | 2,00 | 10,40 | 266,40 | ТК № 81 | 2012 |
|---|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------|-------------|
| Птица, тушеная в соусе с овощами | 280 | 14,60 | 3,50 | 25,70 | 344,00 | ТК № 302 | 2012 |
| Кисель фруктовый | 200 | 0,10 | 0,20 | 40,20 | 117,00 | ТК № 085 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 840 | 23,71 | 10,72 | 107,30 | 935,40 | | |
| Всего за день: | 1600 | 47,18 | 34,81 | 224,96 | 1687,60 | | |
| 6 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | ТК № 1 | 2012 |
| Каша пшеничная молочная | 150 | 4,70 | 5,40 | 20,50 | 179,00 | ТК № 189 | 2008 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,40 | 0,10 | 7,20 | 20,00 | ТК № 59 | |
| Йогурт в инд.упак. | 125 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | ТК № 060 | |
| Яблоко свежее | 150 | 0,62 | 0,62 | 15,20 | 70,00 | ТК № 089 | |
| Пряник | 50 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 172,00 | ТК № 091 | |
| Итого за прием пищи: | 715 | 17,17 | 20,37 | 102,92 | 665,00 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из огурцов | 60 | 5,50 | 8,20 | 2,10 | 105,00 | ТК № 27 | 2008 |
| Суп картофельный с фрикадельками из индейки | 200/40 | 5,00 | 4,50 | 15,70 | 153,20 | ТК № 83 | 2012 |
| Рыба, запеченная с овощами | 280 | 21,60 | 16,20 | 27,50 | 442,20 | ТК № 250 | 2012 |
| Кисель из кураги | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,80 | 118,00 | ТК № 063 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 840 | 37,04 | 30,22 | 99,50 | 952,40 | | |
| Всего за день: | 1555 | 54,21 | 50,59 | 202,42 | 1617,4 | | |
| 7 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139,00 | ТК № 3 | 2012 |
| Омлет с молоком | 200 | 14,60 | 27,20 | 7,00 | 278,00 | ТК № 217 | 2012 |
| Какао на молоке | 200 | 1,50 | 1,30 | 5,60 | 24,00 | ТК № 066 | |
| Творог в инд.упак. | 100 | 7,50 | 6,00 | 1,50 | 113,00 | ТК № 067 | |
| Печенье | 40 | 3,80 | 3,80 | 28,80 | 130,00 | ТК № 083 | |

| Груша свежая | 150 | 0,46 | 0,35 | 11,90 | 63,50 | TK № 069 | |
|---|----------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------|-------------|
| Итого за прием пищи: | 735 | 32,59 | 45,53 | 69,36 | 747,50 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из помидоров и огурцов | 60 | 2,8 | 5,70 | 4,30 | 110,00 | TK № 31 | 2012 |
| Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом птицы сметаной | 200/20/10 | 6 | 8,10 | 7,50 | 168,40 | TK № 67 | 2012 |
| Плов из птицы | 290 | 56,7 | 14,10 | 48,80 | 444,30 | TK № 304 | 2012 |
| Компот из изюма | 200 | 0,4 | 0,02 | 6,90 | 91,00 | TK № 070 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,2 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | TK № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,3 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | TK № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 840 | 70,40 | 29,22 | 93,90 | 947,70 | | |
| Всего за день: | 1575 | 102,99 | 74,75 | 163,26 | 1695,20 | | |
| 8 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | TK№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с джемом | 55 | 2,51 | 3,93 | 28,88 | 161,00 | TK № 2 | 2012 |
| Запеканка из творога | 160 | 24,20 | 17,20 | 38,90 | 300,00 | TK № 235 | 2012 |
| Чай с лимоном | 200/10 | 0,12 | 0,02 | 10,20 | 21,00 | TK № 073 | |
| Йогурт в инд.упак. | 125 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | TK № 060 | |
| Зефир | 50 | 0,40 | 0,10 | 39,90 | 83,00 | TK № 074 | |
| Апельсин | 100 | 0,73 | 0,36 | 7,40 | 42,70 | TK № 075 | |
| Итого за прием пищи: | 700 | 34,26 | 25,61 | 135,88 | 695,70 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свежих огурцов | 60 | 0,42 | 6,10 | 1,40 | 62,00 | TK № 19 | 2008 |
| Суп-лапша с птицей | 200/20 | 5,60 | 6,50 | 9,90 | 206,20 | TK № 86 | 2012 |
| Бефстроганов из отварного мяса | 150 (75/75) | 19,40 | 15,60 | 4,10 | 234,00 | TK № 278 | 2012 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,50 | 2,32 | 42,40 | 240,00 | TK № 165 | 2012 |
| Компот из свежих яблок | 200 | 0,16 | 0,20 | 7,90 | 96,80 | TK № 076 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | TK № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | TK № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 840 | 38,58 | 32,02 | 92,10 | 973,00 | | |
| Всего за день: | 1540 | 72,84 | 57,63 | 227,98 | 1668,70 | | |
| 9 день | | | | | | | |
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | TK№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |

| Завтрак | | | | | | | |
|-------------------------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|----------|------|
| Бутерброд с маслом | 40 | 2,45 | 7,55 | 14,62 | 136,00 | ТК № 1 | 2012 |
| Макароны, запеченные с яйцом | 180 | 8,80 | 8,40 | 27,30 | 244,40 | ТК № 208 | 2012 |
| Сок фруктовый | 200 | 2,90 | 2,50 | 6,20 | 27,00 | ТК № 079 | |
| Пряник | 50 | 2,70 | 2,70 | 34,80 | 172,00 | ТК № 091 | |
| Творог в инд.упак. | 100 | 7,50 | 6,00 | 1,50 | 113,00 | ТК № 067 | |
| Яблоко | 150 | 1,40 | 0,27 | 12,20 | 64,50 | ТК № 080 | |
| Итого за прием пищи: | 720 | 25,75 | 27,42 | 96,62 | 756,90 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров | 60 | 0,70 | 6,10 | 2,20 | 64,00 | ТК № 25 | 2008 |
| Рассольник с мясом птицы | 200/20 | 6,80 | 7,60 | 14,30 | 246,00 | ТК № 73 | 2012 |
| Рыба, запеченная с овощами | 100 | 13,20 | 8,45 | 12,40 | 250,00 | ТК № 266 | 2012 |
| Картофельное пюре | 150 | 3,40 | 6,80 | 18,30 | 149,00 | ТК № 126 | 2012 |
| Чай с сахаром | 200 | 0,40 | 0,10 | 7,20 | 20,00 | ТК № 59 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 790 | 29 | 30,35 | 80,8 | 863 | | |
| Всего за день: | 1510 | 54,75 | 54,77 | 177,42 | 1619,90 | | |

| 10 день | | | | | | | |
|--|--------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------|-------------|
| Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | ТК№ | Год издания |
| | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| Бутерброд с сыром | 45 | 4,73 | 6,88 | 14,56 | 139,00 | ТК № 3 | 2012 |
| Каша "Дружба" | 150 | 4,70 | 7,50 | 20,10 | 168,00 | ТК № 190 | 2008 |
| Кисель фруктовый | 200 | 1,50 | 1,30 | 5,60 | 24,00 | ТК № 066 | |
| Печенье | 40 | 3,80 | 3,80 | 28,80 | 130,00 | ТК № 083 | |
| Банан свежий | 200 | 2,14 | 0,71 | 30,00 | 192,00 | ТК № 084 | |
| Йогурт в инд. упаковке | 125 | 6,30 | 4,00 | 10,60 | 88,00 | ТК № 060 | |
| Итого за прием пищи: | 760 | 23,17 | 24,19 | 109,66 | 741,00 | | |
| Обед | | | | | | | |
| Салат из свежих помидоров и огурцов | 60 | 0,80 | 3,10 | 6,50 | 74,00 | ТК № 39 | 2012 |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 200/35 | 5,30 | 2,90 | 14,90 | 149,00 | ТК № 84 | 2012 |
| Тефтели мясные | 100 | 22,40 | 9,80 | 9,00 | 288,00 | ТК № 34 | 2012 |
| Макароны отварные с сыром | 150 | 2,80 | 6,10 | 15,70 | 153,00 | ТК № 342 | 2012 |
| Сок фруктовый | 200 | 0,10 | 0,20 | 40,20 | 117,00 | ТК № 085 | |
| Хлеб ржано-пшеничный обогащенный | 30 | 2,20 | 0,40 | 10,90 | 56,00 | ТК № 056 | |
| Батон обогащенный | 30 | 2,30 | 0,90 | 15,50 | 78,00 | ТК № 012 | |
| Итого за прием пищи: | 805 | 35,9 | 23,4 | 112,7 | 915 | | |
| Всего за день: | 1565 | 59,07 | 47,59 | 222,36 | 1656 | | |

| Дни | | Б, г | Ж,г | У, г | Э.Ц., ккал |
|----------------------------|--|---------------|---------------|---------------|----------------|
| Всего за 1 день: | | 51,21 | 69,69 | 171,52 | 1628,9 |
| Всего за 2 день: | | 71,59 | 70,55 | 155,56 | 1695,9 |
| Всего за 3 день: | | 68,52 | 60,71 | 191,48 | 1630,70 |
| Всего за 4 день: | | 52,21 | 50,42 | 157,87 | 1652,5 |
| Всего за 5 день: | | 47,18 | 34,81 | 224,96 | 1687,60 |
| ИТОГО 1-я НЕДЕЛЯ | | 290,71 | 286,18 | 901,39 | 8295,60 |
| В среднем за 1 день | | 58,1 | 57,2 | 180,3 | 1659,12 |
| Всего 6 за день: | | 54,21 | 50,59 | 202,42 | 1617,4 |
| Всего за 7 день: | | 102,99 | 74,75 | 163,26 | 1695,20 |
| Всего за 8 день: | | 72,84 | 57,63 | 227,98 | 1668,70 |
| Всего за 9 день: | | 54,75 | 54,77 | 177,42 | 1619,90 |
| Всего за 10 день: | | 59,07 | 47,59 | 222,36 | 1656 |
| ИТОГО 1-я НЕДЕЛЯ | | 343,86 | 285,33 | 993,44 | 8305,20 |
| В среднем за 1 день | | 68,8 | 57,1 | 198,7 | 1661,04 |

Распределение калорийности по приёмам пищи

| Дни | Калорийность завтрака | Калорийность обеда | Общая калорийность |
|------------------------------|-----------------------|--------------------|--------------------|
| 1 | 707,90 | 921,00 | 1628,90 |
| 2 | 750,50 | 945,40 | 1695,90 |
| 3 | 718,70 | 912,00 | 1630,70 |
| 4 | 739,50 | 913,00 | 1652,50 |
| 5 | 752,20 | 935,40 | 1687,60 |
| Итого за 1-ю неделю | 3668,80 | 4626,80 | 8295,60 |
| В среднем за 1-н день | 733,76 | 925,36 | 1659,12 |
| 6 | 665,00 | 952,40 | 1617,40 |
| 7 | 747,50 | 947,70 | 1695,20 |
| 8 | 695,70 | 973,00 | 1668,70 |
| 9 | 756,90 | 911,00 | 1667,90 |
| 10 | 741,00 | 915,00 | 1656 |
| Итого за 1-ю неделю | 3606,10 | 4699,10 | 8305,20 |
| В среднем за 1-н день | 721,22 | 939,82 | 1661,04 |

Используемые сборники:

1. Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях. Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: ДеЛи принт, 2012.-584с.
2. Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков учреждениях образования Санкт-Петербурга.-СПб.:Речь, 2008.-800с
3. Реестр технологических карт Управления социального питания.