Утверждаю:
Начальник лагеря
с дневным пребыванием детей
при МБОУ Новоивановская ООШ
Карасукского района
Новосибирской области
Ф.И.О. Ильинская Л.А.
Подпись _____
Дата 01.04.2016г

Согласованно:
Директор МБОУ Новоивановской ООШ
Карасукского района
Новосибирской области
Ф.И.О. _____
Подпись _____
Дата 01.04.2016г

М.П.

Примерное 10- дневное меню
для лагеря с дневным
пребыванием детей от 7 до 10 лет в оздоровительном сезоне
2016 года.

Составил: технолог МКУ
«Управление образования Карасукского района» Е.А.Тазибекова

День 1

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день №1-завтрак							
огурец долькой			100	0,8	0,1	2,6	1
макароны отварные с сыром			200	6	7,8	28,2	22
технологическая карта №247 Питание							
макароны	50	50					
сыр твердый	12,00	12					
масло сливочное	10	10					
технологическая карта 189 сборник Уфа							
кофейный напиток из цикория на молоке			200	4,4	4,8	23,4	145,
кофейный напиток из цикория	4	4					
молоко коровье	200	200					
сахар-песок	15	15					
бутерброд с маслом , колбасой		85		12,3	6,7	37,8	255,
хлеб пшеничный	60	60					
масло	10	10					
колбаса Сервелат	15	15					
Всего за завтрак				**23,5**	**19,4**	**92**	**635,**
обед							
салат из горошка зеленого консервированного			100	2,9	5,1	6,25	83,
технологическая карта №10 сборник 2011							
горошек зеленый консервированный	146,2	95					
масло растительное	5	5					
зелень	1,3	1					
суп картофельный с фрикадельками мясными			250	6,5	7	16,25	142,
технологическая карта № 113 Питание							
картофель	88	66					
морковь	11	8,8					
лук	10,55	8,8					
томат	2,2	2,2					
масло сливочное	5	5					
фрикадельки мясные из полуфабриката промышленного производства	30	30					

Рыба, запеченая с морковью			120	8,8	6,6	3,03	80,
технологическая карта № 253 сборник 2011							
минтай	100	80					
морковь	27	24					
лук репчатый	10	8					
масло растительное	4,5	4,5					
сыр	6,4	6					
соус сметанный			50	0,7	3,2	2,9	3
технологическая карта №354 сборник 2011							
сметана	10	10					
мука пшеничная	3,7	3,7					
вода	37	37					
каша рисовая рассыпчатая			180	4,4	7,32	44,76	162,
технологическая карта №246 сборник 2011							
крупа рисовая	58	58					
вода	135	135					
масло сливочное	5	5					
хлеб ржаной			40	1,8	0,3	19,9	8
хлеб пшеничный			30	2,3	0,72	16	76,
абрикосовый сок			225	1	0	27,4	11
шоколад молочный			25	1,7	8,9	13,1	137,
всего за обед				**30,1**	**39,14**	**149,59**	**91**
всего :				**53,6**	**58,5**	**241,59**	**1552,**

день 10

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 10-завтрак							
омлет с отварным картофелем			200	7,2	19,3	21,77	408,
технологическая карта №316 программа Детский сад Питание							
молоко	30	30					
картофель	164,4	122,2					
яйцо	60	60					
масло подсолнечное	5	5					
масло сливочное	5	5					
бутерброды с рыбными гастрономическими продуктами			80	7,08	5,6	17,4	176,
технологическая карта № 10 программа интернат: Питание							
сельдь соленая	73,6	48					

хлеб пшеничный	32	32					
чай с молоком и сахаром			200	1,5	1,6	15,8	8
технологическая карта №184 сборник Уфа							
чай с молоком и сахаром	0,5	0,5					
сахар	15	15					
молоко	50	50					
всего за завтрак				**15,78**	**26,3**	**54,97**	**666,**
день 10 - обед							
салат с сыром			100	9	5,67	8,83	93,
технологическая карта № 29 программа Детский сад Питание							
горошек зеленый консервированный	66,7	43,3					
морковь	31,7	25					
сыр голландский	15	10,5					
масло растительное	5	5					
соль повареная	1	1					
Борщ с фасолью со сметаной			250	4,07	1,8	19,35	86,8
технологическая карта № 31 программа Детский сад Питание							
суп/набор говяжий 50%	22	20					
фасоль	10	10					
свекла	35	28					
капуста белокочанная	45	36					
картофель	35	24,5					
морковь	15	12					
лук	10	8					
сахар	1	1					
кислота лимонная	0,125	0,125					
сметана	5	5					
Макаронник с мясом			280	20,2	20,8	43,2	465,
технологическая карта №299 программа Детский сад Питание							
фарш говяжий	120	120					
масло подсолнечное	5	5					
макароны	50	50					
лук репчатый	23	19					
масло подсолнечное	4	4					
масло сливочное	4	4					
сухари	5,9	5,9					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	10
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	12
сок яблочный			225	1	0	18,2	7
всего за обед				**40,42**	**29,82**	**141,18**	**956,0**
итого				**56,2**	**56,12**	**196,15**	**1622,6**

среднее за 10 дней				**54,76**	**56,2**	**217,47**	**1596,7**

день 2

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день №2 -завтрак							
помидор свежий долькой			100	1,1	0,2	3,8	2
помидор	125	100					
омлет с колбасой			200	17,4	15,5	3,5	402,
технологическая карта № 311 Детский сад питание							
яйцо	94	94					
молоко	58,8	58,8					
колбаса вареная говяжья	28	27					
масло сливочноле	2,3	2,3					
масло сливочное на полив	11	11					
технологическая карта 185 сборник Уфа							
чай с молоком			200,0	1,5	1,6	15,8	8
заварка	0,2	0,2					
молоко 3,2%	100	100					
сахар-песок	12	12					
бутерброд с джемом или повидлом			55	2,5	3,93	48,8	16
технологическая карта №2 сборник 2011							
джем или повидло	20	20					
масло сливочное на полив	5	5					
хлеб пшеничный	30	30					
всего за завтрак				**22,5**	**21,2**	**71,9**	**667,**
обед							
салат из свеклы с морской капустой и растительным маслом			100	1	2,3	14,2	4
технологическая карта №29 Школа Питание							
свекла	102	82					
морская капуста консервированная	33	23					
масло растительное	3	3					
борщ с капустой и картофелем			250	2,3	6,5	13,57	117,
технологическая карта № 54 Школа Питание							
суп/набор говяжий	22	20					
свекла	50	40					
капуста белокочанная	25	20					
картофель	45	30					

морковь	12,5	10					
лук репчатый	11,75	10					
томат	3	3					
масло растительное	5	5					
сахар-песок	1,5	1,5					
кислота лимонная	0,25	0,25					
сметана	8	8					
печень тушеная в соусе			100	20,6	15,4	11	28
технологическая карта № 406 детский сад питание							
печень говяжья	120	100					
пшеничная мука	6	6					
масло растительное	10	10					
соус сметанный			50	0,7	2,3	1,69	5
технологическая карта №451 детский сад питание							
мука пшеничная	1,25	1,25					
масло сливочное	5	5					
вода	27,5	27,5					
сметана	15	15					
картофельное пюре			180	3,78	5,92	19,62	14
технологическая карта № 434 детский сад питание							
картофель	203,4	151,2					
молоко	28,8	27					
масло сливочное	8,1	8,1					
хлеб ржаной			40	1,9	0,4	18,4	8
сок сливовый			225	0,6	0	32,2	13
мороженое сливочное			100	2,2	2,4	24,9	88,
всего за обед				**33,08**	**35,2**	**135,58**	**912,**
всего				**55,58**	**56,4**	**207,48**	**1579,**

день 3

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день №3-завтрак							
Икра кабачковая (промышленного производства)			100	1,9	2,9	12,7	11
технологическая карта №121 Детский сад Питание							
Икра кабачковая (промышленного производства)	100	100					
вареники из полуфабриката промышленного производства							
технологического производства			230/6	19	12,6	26,8	326,

технологическая карта №443 сборник 2011							
вареники из полуфабриката промышленного производства(с творогом)	207	206					
масло сливочное	5	5					
бутерброд с маслом			50	2,47	9,8	17,7	161,
хлеб пшеничный	40	40					
масло сливочное	10	10					
сок яблочный			200	1	0	18,2	7
всего за завтрак				24,37	25,3	75,4	683,
день №3-обед							
огурцы свежие и помидоры дольками			100	0,98	1,5	3,73	1
помидоры свежие	56,5	48					
огурцы свежие	56,5	52					
солянка сборная мясная			250	7,6	8,2	2,9	152,
технологическая карта №140 детский сад питание							
мясо говядина	13,5	13					
колбаса вареная, "Молочная"	10	6,75					
колбаса "Сервелат"	10	6,75					
лук репчатый	25,25	21,25					
огурец соленый	15	12					
маслины	5	5					
томат	2	2					
масло сливочное	5	5					
лимон	5	5					
сметана	5	5					
каша гречневая рассыпчатая			180	9,5	5,7	48,2	26
технологическая карта №243 детский сад Питание							
крупа гречневая	83	83					
вода	122,4	122,4					
масло сливочное	6	6					
Тефтели мясные (полуфабрикат промышленного производства)			100	7,74	14,42	9,88	22
технологическая карта № 285 сборник 2011							
тефтели (полуфабрикат)	80	80					
масло сливочное	4	4					
соус сметанный			50				
технологическая карта №354 сборник 2011							
сметана	10	10					
мука	4	4					
вода	37,5	37,5					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	10

чай с сахаром			200	0,2	0	18,7	5
технологическая карта №184 сборник Уфа							
чай	0,3	0,3					
сахар	15	15					
Банан			140	1,5	0	22,4	9
всего за обед				**29,8**	**30,17**	**130,71**	**908,**
всего				54,17	55,47	206,11	1592,

день 4

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг цен. (ккал
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 4 - завтрак							
суп молочный с крупой			250	7,78	10,68	25,6	24
технологическая карта 45 сборник Уфа							
крупа рисовая	15	15					
молоко	200	200					
вода	63	63					
масло сливочное	2	2					
сахар-песок	3	3					
бутерброд с маслом и сыром			30;10;10	6,59	6,84	21,86	18
хлеб пшеничный	30	30					
масло сливочное	10	10					
сыр (типа Голландского)	10	10					
какао с молоком		200		3,6	3,6	22,8	13
технологическая карта №192 сборник Уфа							
какао-порошок	4	4					
молоко 3,2%	150	150					
вода	50	50					
сахар-песок	15	15					
апельсин			220	1,5	0	22,4	91,
всего за завтрак				19,47	21,12	92,66	658,
день № 4-обед							
салат школьный			100	1,5	7,5	5,5	93,
технологическая карта №20 справочник для питания уч-ся							
свекла	76,7	61,7					
лук	15	12					
огурцы	25	20					
горошек зеленый консервированный	15	10					
масло растительное	5	5					
суп картофельный с бобовыми			250	5,75	4,12	19,5	143,7

технологическая карта № 42 сборник рецептур 2004г							
суп/набор 50% говяжий	22	20					
картофель	62,5	50					
лук	12,5	10					
морковь	12	10					
масло сливочное	5	5					
горох	20,25	20					
рыба, запеченая с яйцом			100	18,43	18	4,71	231,4
технологическая карта №55 сборник 2004г							
горбуша потрашеная с головой	170	118,6					
мука пшеничная	7,1	7,1					
масло растительное	10	10					
яйцо	32,9	28,6					
молоко	11,4	11,4					
картофель отварной с маслом			180	4,14	3,51	18	121,
технологическая карта № 102 сборник рецептур 2004г							
картофель	239,4	191,7					
масло сливочное	3,6	3,6					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	10
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	12
чай с лимоном и сахаром			200	0,2	0,1	13,9	5
технологическая карта №186 сборник Уфа							
чай	0,3	0,3					
сахар-песок	15	15					
лимон	8	8					
зефир			25	0,2	0	19,5	54,
всего за обед				**36,37**	**34,78**	**132,7**	**933,6**
всего				**55,84**	**55,9**	**225,36**	**1592,3**

день 5

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 5 -завтрак							
запеканка морковная с творогом			200	15,4	16,8	36,4	386
технологическая карта №320 детский сад питание							
морковь	156	125					
масло сливочное	6	6					
молоко	30,6	30,6					
крупа манная	20	20					
творог	73	70					
яйцо	10	8					

сахар	12	12					
сухари панировочные	5,3	5,3					
сметана	5,3	5,3					
сгущеное молоко	10	10					
чай с молоком и сахаром			200	1,5	1,6	15,8	81
технологическая карта №184 сборник Уфа							
чай с молоком и сахаром	0,5	0,5					
сахар	15	15					
молоко	50	50					
бутерброды с вареными колбасами			60	7,28	11,04	13,72	191,8
технологическая карта № 87 детский сад питание							
колбаса "молочная" или "докторская"	30	28					
хлеб пшеничный	30	30					
всего за завтрак				**24,18**	**29,44**	**65,9**	**658,8**
день №5-обед							
овощи натуральные			100	1,1	0,2	3,8	24
технологическая карта № 112 детский сад питание							
помидоры	107	100					
рассольник ленинградский			250	2,05	3,25	16,25	118,25
технологическая карта № 139 детский сад питание							
суп/набор 50% говяжий	22	20					
картофель	100	75					
пшеничная крупа	5	5					
морковь	6	5					
лук	6	5					
огурец соленый	15	12					
масло растительное	5	5					
сметана	5	5					
макароны отварные с овощами			180	3,6	7,36	27,7	203,8
технологическая карта №300 детский сад питание							
макаронные изделия	34,1	34,1					
морковь	31,5	25,2					
масло сливочное	10,8	10,8					
томат-пюре	10,8	10,8					
горошек зеленый.Консервы	14,22	9,9					
котлета домашняя (полуфабрикат пром. производства)			100	15	12,3	7	195
котлета	80	80					
масло растительное	6	6					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	107
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127
компот из свежих плодов			200	0,2	0,1	25,4	99

технологическая карта №197 сборник Уфа							
яблоки	45	40					
сахар-песок	20	20					
лим. К-та	0,2	0,2					
мороженое сливочное			70	2,2	2,4	14,9	88,2
всего за обед				**30,3**	**27,16**	**146,6**	**962,25**
всего				**54,48**	**56,6**	**212,5**	**1621,05**

день 6

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 6- завтрак							
каша пшеная вязкая			200	8,72	8,3	48,8	282
технологическая карта №264 Детский сад. Питание							
пшено	50	50					
молоко	117	117					
масло сливочное	4	4					
яйцо вареное			40	5	4,6	0,28	62,8
Бутерброды пикантные			50	5,87	9,5	15,87	172,5
технологическая карта №104 детский сад. Питание							
хлеб пшеничный	31,25	31,25					
масло сливочное	5	5					
чеснок	0,375	0,25					
сыр твердый	13,75	12,5					
сметана	8	8					
кофейный напиток из цикория на молоке			200	4,4	2,5	23,4	145,6
технологическая карта 189 сборник Уфа							
кофейный напиток из цикория	4	4					
молоко коровье	200	200	-	-	-	-	-
сахар-песок	15	15					
всего за завтрак				**23,99**	**24,9**	**88,35**	**662,9**
обед							
салат из огурцов свежих			100	0,7	2,2	1,7	46
технологическая карта №36 Интернат. Питание							
огурец	107,6	86					
масло растительное	3	3					
соль	0,25	0,25					
суп с рыбными консервами			250	9,22	5,22	16,05	146,25
технологическая карта №159 программа Детский сад питание							

рыбные консервы	40	40					
картофель	93,2	70					
морковь	20	16					
лук репчатый	9,5	8					
крупа рисовая	5	5					
масло сливочное	3,75	3,75					
зелень	0,2	0,1					
бульон или вода	200	200					
сосиски, сардельки , колбаса отварные с соусом			100	10,4	16,9	0	230
технологическая карта № 400 программа Детский сад питание							
сосиски или сардельки	50	50					
соус сметанный	50	50					
технологическая карта № 451 программа детский сад питание							
мука пшеничная	1,25	1,25					
масло сливочное	1,25	1,25					
отвар овощной или вода	27,5	27,5					
сметана	15	15					
рагу из овощей			180	3,6	5,62	15,3	162
технологическая карта №201 программа Детский сад питание							
картофель	77,4	57,6					
морковь	36	28,8					
капуста белокочанная	45	36					
лук репчатый	17,1	14,4					
масло подсолнечное	7,2	7,2					
напиток апельсиновый или лимонный			200	0,1			
технологическая карта № 207 программа детский сад питание							
апельсины	23	10					
сахар-песок	20	20					
хлеб ржаной			50	2,35			
хлеб пшеничный			50	3,8			
яблоки			220	0,8	0	18,9	53
всего за обед				**30,9**			
всего				**54,89**			
					0,35	24,9	107
					1,2	26,7	127
					0,4	19,6	80
					31,89	**123,15**	**951,25**
					56,79	**211,5**	**1614,15**

день7

Наименование блюд и продуктов	Брутто	Нетто	Химический состав

	(г)	(г)	Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день № 7-завтрак							
суп молочный с макаронными изделиями			250	5,5	5,5	19,8	151,25
технологическая карта №44 программа детский сад питание							
макароны	20	20					
вода	105	105					
молоко	125	125					
масло сливочное	2	2					
сахар	2	2					
бутерброды с отварными мясопродуктами			50	7,9	4,5	9,8	111
технологическая карта № 89 программа детский сад питание							
говядина	65	48					
или язык говяжий	61	51					
хлеб пшеничный иодированный	20	20					
какао с молоком			200	3,6	3,6	22,8	135
технологическая карта №192 сборник Уфа							
какао-порошок	4	4					
молоко	100	100					
вода	110	110					
сахар-песок	20	20					
вафли с фруктовой начинкой			50	1,6	1,4	40,05	175
слива			200	0,8	0	21,4	84
всего за завтрак				19,4	15	113,85	656,25
день№ 7 - обед							
помидор и огурец свежий долькой			100	1,1	0,2	3,8	23
огурец	60	50					
помидор	60	50					
щи из свежей капусты с картофелем			250	1,75	8,97	7,77	83
технологическая карта № 147 программа детский сад питание							
суп/набор говяжий 50%	22	20					
капуста белокочанная	62,5	50					
картофель	40	30					
морковь	15,75	12,5					
лук репчатый	12	10					
томат-пюре	2,5	2,5					

масло подсолнечное	5	5					
сметана	5	5					
жаркое по-домашнему из мясных консервов "Говядина тушеная"			280	18,8	25,64	20,02	397,6
технологическая карта № 401 программа детский сад питание							
консервы мясные	80	80					
картофель	196	145,6					
лук репчатый	16,8	14					
масло сливочное	7	7					
томат-пюре	8,4	8,4					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	107
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127
абрикосовый сок с мякотью			225	1,4	0	13,8	62
йогурт "Эрмигурт"			200	6,25	1,87	17	140
всего за обед				35,45	38,23	113,99	939,6
итого				54,85	53,23	227,84	1595,85

день 8

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день №8-завтрак							
технологическая карта 140 сборник Уфа							
вареники из полуфабриката промышленного производства							
технологического производства			230/6	19	12,6	26,8	326,9
технологическая карта №443 сборник 2011							
вареники из полуфабриката промышленного производства(с творогом)	207	206					
масло сливочное	10	10					
кофейный напиток на молоке			200	3	3,1	17,9	109
технологическая карта №189 сборник Уфа							
кофейный напиток	2	2					
вода	100	100					
сахар-песок	15	15					
молоко	110	110					

бутерброд с маслом и сыром			50;10;10	8,59	6,84	21,86	183
хлеб пшеничный	50	50					
масло	10	10					
сыр (типа Российского)	10	10					
мандарин			120	0,96	0	10,3	45,6
всего за завтрак				21,25	22,34	82,56	642,6
день № 8-обед							
овощи натуральные			100	1,1	0,2	3,8	24
технологическая карта № 112 детский сад питание							
помидоры	107	100					
уха с крупой			250	6,2	4	28	125
технологическая карта №48 сборник Уфа							
горбуша потрашеная с головой	46	38					
картофель	63	50					
крупа перловая	8	8					
масло сливочное	2,5	2,5					
морковь свежая	15	12					
лук репчатый	24	20					
картофельное пюре			200	3,1	6,6	26,9	186
технологическая карта №94 сборник Уфа							
картофель	214	171					
молоко кипяченое	32	30					
масло сливочное	7	7					
гуляш из говядины			100	12,1	18,3	3,5	247,5
технологическая карта № 373 программа Детский сад Питание							
гуляш (полуфабрикат)	92,5	92,5					
масло сливочное	5,4	5,4					
лук репчатый	14,17	11,67					
томат	9,17	9,17					
мука	3	3					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	107
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127
"Снежок" кисломолочный продукт			200	5,5	5,6	16,4	140
всего за обед				**34,15**	**36,25**	**126,2**	**956,5**
итого				**55,4**	**58,59**	**208,76**	**1599,1**

день 9

Наименование блюд и продуктов	Брутто (г)	Нетто (г)	Химический состав				
			Выход (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Угле - воды	энерг. цен. (ккал)
1	2	3	4	5	6	7	8
день№ 9-завтрак							

каша боярская			200	5,2	15,16	29,82	349,6
технологическая карта № 267 программа Детский сад Питание							
крупа пшено	38	38					
молоко 3,2% жирности	122	122					
сахар	5	5					
изюм	2,8	2,7					
масло сливочное	10	10					
бутерброд с сыром			90	10,4	4,3	26,4	181
технологическая карта №1 сборник Уфа							
хлеб пшеничный	70	70					
сыр российский	22	20					
чай с сахаром			200	0,2	0	18,7	53
технологическая карта №184 сборник Уфа							
чай	0,5	0,5					
сахар	15	15					
апельсин			220	1,8	0,4	16,2	80
всего за завтрак				**17,6**	**19,86**	**91,12**	**663,6**
день №9 - обед							
салат "степной"			100	1,5	3,5	6,8	65
технологическая карта № 38 программа Школа Питание							
картофель	28	22					
морковь	25	20					
огурцы соленые	31	16					
лук репчатый	20	18					
горошек консервированный	15	10					
масло растительное	4	4					
кислота лимонная	0,3	0,3					
вода питьевая	10	10					
сахар	0,8	0,8					
свекольник			250	4	5,17	14,82	113,3
технологическая карта № 55 программа Школа Питание							
суп./набор говяжий 50%	22	20					
свекла	81,75	65					
картофель	53,25	43,25					
морковь	12,5	10					
лук репчатый	13,25	11,75					
масло растительное	5	5					
томат	1,25	1,25					
сахар	1,75	1,75					
плов			280	23,08	25,36	50,2	436
технологическая карта №96 программа Школа Питание							
гуляш	100	100					
рис	70	70					

морковь	14	12					
лук репчатый	21,47	16,8					
масло растительное	23,32	23,32					
томат	6,52	6,52					
хлеб ржаной			50	2,35	0,35	24,9	107
хлеб пшеничный			50	3,8	1,2	26,7	127
напиток лимонный			200	0,1	0	22,5	86
технологическая карта №198 сборник Уфа							
лимон	23	10					
сахар	24	24					
всего за обед				**34,83**	**35,58**	**145,92**	**934,3**
итого				**52,43**	**55,44**	**237,04**	**1597,9**