

## Раскладка по питанию и график закупок

Человек в группе	б	ккал	дни								Итого
			1		2		3		4		
завтрак	норма, г	л	1 чел	группа	1 чел	группа	1 чел	группа	1 чел	группа	
Рис	80			500							500
Вермишель	50					300					300
гречка	80							500			500
овсянка	60									350	350
изюм/сухофрукты/цукаты	21			125		125		125		125	500
печенье	43			250							250
конфеты	33					200					200
пастила/зефир	33									200	200
халва/козинак	33							200			200
молоко сгущеное\сухое	25			150		150		150		150	600
Чай\кофе	5			35		35		35		35	140
соль	2			12		13		12		13	50
сахар в чай	10			60		60		60		60	240
сахар в кашу	10			60		60		60		60	240
лаваш\хлеб	41			250		250		250		250	1000
сыр плав./колбаса с/к	41			250		250		250		250	1000
<b>Итого завтрак</b>											6270
<b>перекус</b>				<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>	
Казинаки	43			250						250	500
Конфеты	43					250		250			500
Орехи	20			125		125		125		125	500
<b>Итого перекус</b>											1500
<b>Обед</b>				<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>	
сыр	41			250				250			500
суджук\колбаса с/к	41					250				250	500
Хлеб	20			250		250		250		250	1000
лук	20			125				125			250
чеснок	10					75				75	150
сахар	15			90		90		90		90	360
чай	5			60		60		60		60	240
лимон	10			60		60		60		60	240
пряник	30			200						200	400
конфеты	20							200			200
халва	20					200					200
<b>Итого обед</b>											4040
<b>ужин</b>				<b>1</b>		<b>2</b>		<b>3</b>		<b>4</b>	
макароны	83			500							500

гречка	83				500					500
карпюр	66						400			400
Рис	83								500	500
консервы рыбные	83								500	500
консервы мясные	112			676		676		676		2028
хлеб	20			250		250		250		1000
Лук	20			125				125		250
чеснок	10					75				150
Чай	5			35		35		35		140
пастила	30					200				400
мармелад	30			200				200		400
сахар	16			63		63		62		250
соль	2			12		13		12		50

### **График закупок:**

30.04.2022 г. Махачкала («Магнит»)

03.05.2022 пос. Гуни

05.05.2022 пос. Алмак

06.05.2022 пос. Чирката

07.05.2022 пос. Тлох

08.05.2022 пос. Хунзах

09.05.2022 пос. Заиб

10.05.2022 пос. Чох

11.05.2022 пос. Кумух

12.05.2022 пос. Балхар, пос. Урари

13.05.2022 пос. Адаван