Отчёт завпита

Подготовка к походу

На основе отчётов прошлых лет был проведён предварительный анализ региона похода, в рамках которого были выявлены проблемы с наличием ряда продуктов в местных магазинах. Чаще всего упоминалось отсутствие хлеба, а также скудный выбор овощей/фруктов и специфичный ассортимент колбас.

Особенное беспокойство вызывало возможное отсутствие хлеба в местных магазинах, в связи чем был проведён поиск способов замены. От “классических” сухарей было решено отказаться ввиду их большой массы и объёма. В качестве альтернативы хлебу было принято решение печь несладкие оладьи прямо на маршруте. Для этой цели была приобретена небольшая блинная сковородка массой 355г, с собой из Москвы взято 180г уксуса и 120г соды, на старте маршрута закуплена мука на первое время и 840г подсолнечного масла. По результатам экспериментов 100г муки и 20г масла конвертировалось в 200г готового продукта при дневной порции (обед + ужин + завтрак) 600-750г. Муку планировалось докупать на маршруте, а прочих ингредиентов хватило бы на 14 дней при норме в 600г в день. Рецепт оладий без добавления сахара позволял употреблять их с сыром и колбасой, а кроме того, оладьи лишь незначительно теряли вкусовые качества даже спустя 18 часов после готовки, что позволяло приготовить их с вечера.

При подготовке маршрута был составлен следующий график закупок:

1) Закупка в Хандагайты на старте на 1-ый день в минимаркете
2) Закупка в Сагиле на 2-ой день в местном магазине
3) Закупка в Хотгоре на 3-ий день похода в местном магазине
4) Закупка в Баяннуре на 6-ой день похода в местном магазине
5) Закупка в Улгие на 10-ый день в местном супермаркете
6) Закупка в Буянте на 11-ый день в местном магазине
7) Закупка в Уланхусе на 16-ый день в местном магазине

С учётом высокой автономности некоторых участков маршрута и непредсказуемости ассортимента в магазинах в раскладку закладывались резервные продукты в количестве, минимально достаточном на 1 день пути в составе:

1) Сухари белые 20шт
2) Сухари чёрные 20шт
3) Колбаса 400г
4) Картофельное пюре сухое – 300г
5) Мясо сушеное 100г
6) Мясные чипсы 150г

Предварительно из Москвы закупались следующие продукты:

1) Лук сушеный 320г
2) Помидоры суш 150г
3) Уксус 180г
4) Сода 120г
5) Кофе 300г
6) Сух. молоко 700г
7) Специи 140г
8) Имбирь 35г
9) Лимоны суш 120г
10) Мята 22г
11) Соль 200г

12) Какао 100г
13) Колбаса 3200г
14) Сухари белые 20шт
15) Сухари чёрные 20шт
16) Мясо сушеное 2100г
17) Мясные чипсы 450г

На маршруте

В целом группе удалось выдержать запланированный график закупок с незначительными корректировками, вызванными накопленным отставанием к середине похода. Основные корректировки в плане питания связаны с адаптацией запланированного меню к реалиям монгольских магазинов. Так, нам почти всегда удавалось найти крупы и макароны, за исключением овсянки. Хлеб порою обнаруживался в самых неожиданных местах, таких как холодильники и морозилки. В одном магазине мы взяли вместо хлеба замороженные булочки с маргарином, а в другом нам предложили килограммовый кирпич серого хлеба. Овощи/фрукты были доступны в небольшом объёме и в основном завезены из Китая, однако на замену салатам из свежих овощей обнаружился большой выбор солений из России. Вместо кетчупа стали использовать лечо, которое переливали из стеклянных банок в заранее заготовленные стеклянные бутылки. Кафе посещали лишь однажды – в городе Улгие. Оладьи, изначально планировавшиеся как замена хлеба, в итоге применялись пару раз в качестве альтернативного варианта сладкого к чаю на ужин/завтрак. Для этой цели в рецепт оладий был включён сахар, а подавались они с джемом или вареньем. Стоит отметить, что такие десерты существенно укрепляли моральные силы участников похода.

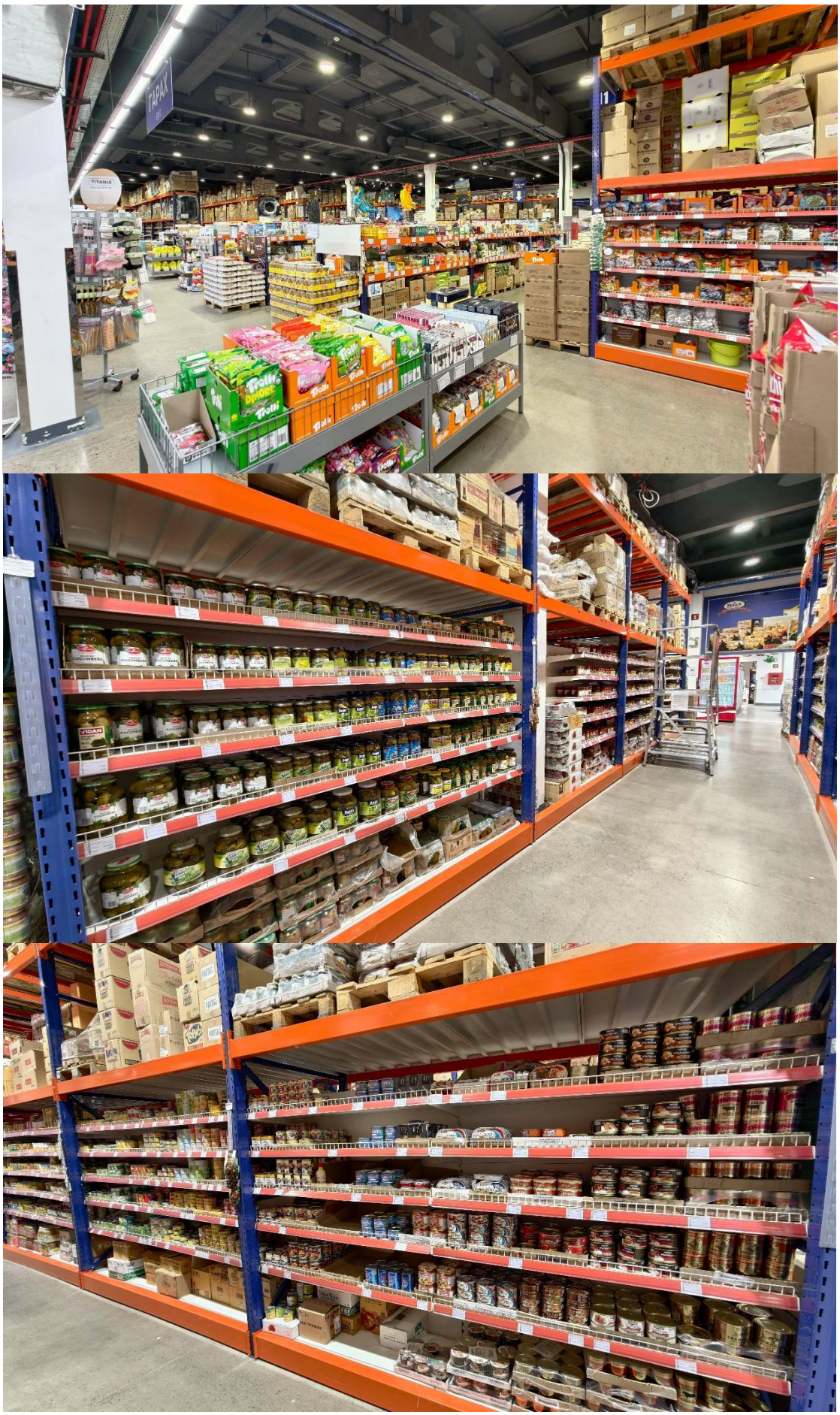
В походе было организовано трёхразовое питание, с ежедневной централизованной выдачей карманного питания по утрам. Жалоб на недостаточность питания от участников на маршруте не поступало.

Галерея

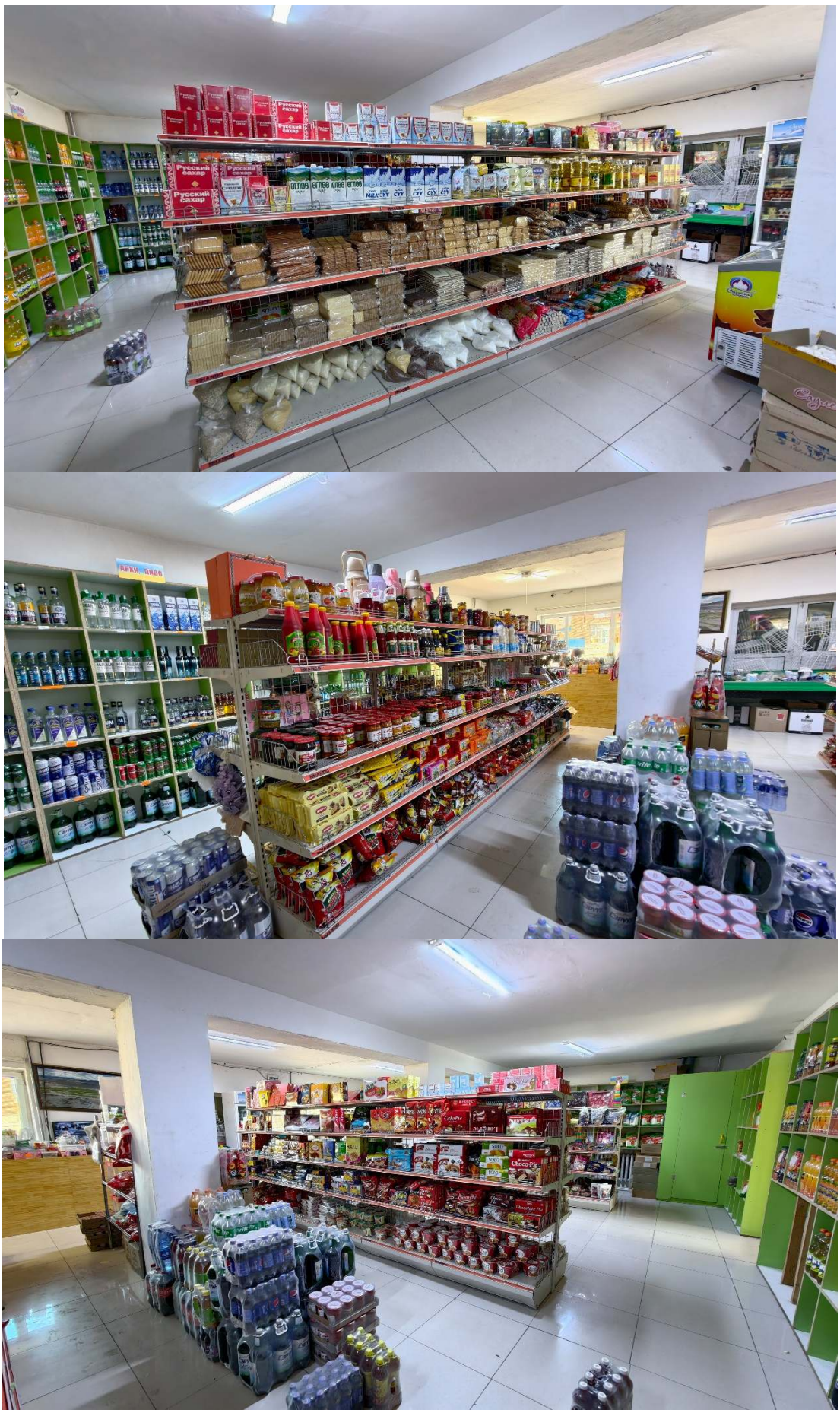
Магазин в Сагиле

Магазины в Хотгоре

Ассортимент в Баяннуре



Гипермаркет в Улгие



Ассортимент в Буянте

Ассортимент в придорожном магазине (долина р. Харгантын-гол)

Праздничные оладьи на последней ночёвке

Раскладка

В условиях неопределённости связанной как с ассортиментом местных магазинов, так и с напряжённым графиком движения и вероятностью возникновения отставаний на маршруте, было принято решение вместо традиционной раскладки на все дни похода использовать более гибкий формат меню. Меню состоит из единого универсального шаблона на все дни похода, состоящего не из конкретных продуктов, а из групп взаимозаменяемых продуктов. Такой формат позволяет завхозу оперативно динамически формировать закупку непосредственно в магазине, ориентируясь исключительно на дату следующей закупки, обозначенную штурманом/руководителем. Данный формат показал высокую эффективность в условиях похода, в частности благодаря устойчивости к ситуациям, когда того или иного продукта не было в наличии в небольших сельских магазинах. Само меню доступно в отчёте на сайте велотрекс по ссылке: .

Итоги

В походах высших категорий сложности к системе питания выдвигаются серьёзные требования. По сути завхозу необходимо эффективно решить задачу оптимизации по трём критериям: массе раскладки, её калорийности и вкусовым качествам. Если в низкокатегорийных походах чем-то из этого можно пренебречь, то в высококатегорийном походе это может иметь существенные последствия. Дополнительным ограничением, как в данном походе, так в прочих походах высоких категорий является выполнимость раскладки в условиях ассортиментов местных магазинов. По итогам похода можно сказать, что описанная выше задача оптимизации была решена эффективно. Масса раскладки получилась приблизительно 850г, что было достигнуто за счёт использования сухого молока вместо сгущенки, сушеного мяса вместо тушенки, муки для выпечки сладкого, минимизацией использования свежих овощей, централизованной раздачей карпита. Высокая калорийность достигалось за счёт присутствия достаточного количества сладкого и сахара, а также добавок в виде джемов/варенья/майонеза/кетчупа/лечо. Вкусовые качества основных блюд повышались за счёт различных приправ и добавок взятых в небольшом, но достаточном на весь поход количестве из Москвы. Благодаря всему вышеперечисленному боевой дух и запас сил участников похода поддерживались

на высоком уровне, что благотворно влияло на темп движения группы и позволило эффективно пройти поход.