



10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 11-18 лет на базе муниципального образовательных учреждений
 в период каникул при 2-х разовом питании

Номер по сборнику рецептур	Наименование блюда	Выход (в гр.)	Пищевые вещества (гр.)			Энерг. ценность (ккал)	Витамины, мг
			Б	Ж	У		
Вариант 5							
Завтрак							
311	Каша манная вязкая молочная с маслом	200/5	7,2	7,3	48,3	287,6	0,00
96	Масло сливочное	5	0,01	4,2	0,1	38,5	0,00
378/2011	Чай с молоком	200	1,5	1,4	15,9	81,0	1,33
	Хлеб пшеничный	40	4,2	0,9	21,3	99,5	0,00
	Итого		12,9	13,7	85,6	506,6	1,33
	11-00						
707	Сок или Нектар фруктовый в ассортименте (промышлен.производ.)	200	1,1	0,0	21,3	88,0	2,80
	Итого		1,1	0,0	21,3	88,0	2,80
Обед							
	Нарезка овощная (огурец св. или помидор св. или свекла отварная или морковь отварная или огурец соленый или капуста квашенная)	100	4,92	0,13	4,00	15,0	15,00
139	Суп картофельный с бобовыми (горох)	250	6,3	5,6	22,2	168,0	7,60
489	Рагу из птицы	200	14,64	12,17	17,37	237,73	13
648	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80
	Хлеб пшеничный	60	6,3	1,4	32,0	149,3	0,00
	Хлеб ржаной	60	4,9	0,7	32,7	168,0	0,00
	Кондитерские изделия	30	5,8	22,6	20,8	156,0	2,20
	Итого		42,9	42,6	159,6	1012,0	40,6
	Всего		56,8	56,3	266,5	1606,6	44,7

Зав. производством

10-ти дневное меню
 в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-10 лет на базе муниципальной образовательных учреждений
 в период каникул при 3-х разовом питании

		Вариант 5									
	Завтрак										
311	Каша манная вязкая молочная с маслом	150/5	5,4	6,4	36,5	225,6	0,00				
96	Масло сливочное	5	0,01	4,2	0,1	38,5	0,00				
378/2011	Чай с молоком	200	1,5	1,4	15,9	81,0	1,33				
	Хлеб пшеничный	40	4,2	0,9	21,3	99,5	0,00				
	Итого		11,1	12,9	73,8	444,6	1,33				
	11-00										
707	Сок или Нектар фруктовый в ассортименте (промышл. производ.)	200	1,1	0,0	21,3	88,0	2,80				
	Итого		1,1	0,0	21,3	88,0	2,80				
	Обед										
	Нарезка овощная (огурец св. или помидор св. или свекла отварная или морковь отварная или огурец соленый или капуста квашенная)	60	2,95	0,08	2,40	9,0	9,00				
139	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	5,0	4,5	17,8	134,0	7,60				
489	Рагу из птицы	150	10,98	9,13	13,03	178,3	10				
648	Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	200	0,00	0,00	30,60	118,00	2,80				
	Хлеб пшеничный	40	4,2	0,9	21,3	99,5	0,00				
	Хлеб ржаной	40	3,3	0,4	21,8	112,0	0,00				
	Кондитерские изделия	30	5,8	22,6	20,8	156,0	2,20				
	Итого		32,2	37,6	127,7	806,8	31,6				
	Полдник										
697	Молоко кипяченое	200	5,9	6,8	9,9	123,0	0,60				
426/2011	Булочка с повидлом	60	4,00	8,60	24,70	192,00	0,02				
	Итого		9,9	15,4	34,6	315,0	0,62				
	Всего		54,3	65,9	257,4	1654,4	36,4				

Зав. производством

Сидорова