

«УТВЕРЖДАЮ»
Индивидуальный предприниматель Плехина Наталья Иосифовна



/ Н. И. Плехина

«СОГЛАСОВАНО»
Директор МКОУ



Олеговская ОМ

Таронья Н.А.

МЕНЮ

питания учащихся в каникулярный период летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием

на « 3 » июня 2022г.

10 День: Пятница

Неделя: вторая

| Наименование блюд | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ | | | | | ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ | | | | | Номер по сборнику рецептов | Стоимость руб. |
|---|-------------------------------|------------------------|--------------|--------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------|--------------|---------------|--------------------------------|----------------------------|----------------|
| | Выход (в гр.) | Пищевые вещества в гр. | | | Энергетическая ценность (ккал) | Выход (в гр.) | Пищевые вещества в гр. | | | Энергетическая ценность (ккал) | | |
| | | Б | Ж | У | | | Б | Ж | У | | | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | | |
| 1 Каша молочная пшённая вязкая с маслом | 200/5 | 7,7 | 11,1 | 39,9 | 280,8 | 200/5 | 7,7 | 11,1 | 39,9 | 280,8 | №302 | |
| 2 Хлеб пшеничный | 50 | 2,7 | 0,7 | 16,3 | 87,00 | 50 | 2,7 | 0,7 | 16,3 | 87,00 | №18/2016 | |
| 3 Сыр порция | 20 | 5,12 | 6,22 | 0,00 | 68,60 | 20 | 5,12 | 6,22 | 0,00 | 68,60 | №97 | |
| 4 Чай с сахаром | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | 200 | 0,20 | 0,00 | 15,00 | 58,00 | №685 | |
| 5 Фрукт свежий (яблоко) | 100 | 1,9 | 0,22 | 15,5 | 70,5 | 100 | 1,9 | 0,22 | 15,5 | 70,5 | 393/2016 | |
| Итого | | 17,62 | 16,19 | 86,7 | 564,9 | | 17,62 | 16,19 | 86,7 | 564,9 | | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | | |
| 1 Овощи (свежие по сезону) | 60 | 0,7 | 0,15 | 0,33 | 15,00 | 100 | 1,20 | 0,20 | 0,55 | 25,00 | №70/71/2016 | |
| 2 Суп из овощей | 200 | 2,50 | 3,00 | 18,30 | 113,00 | 250 | 3,70 | 3,70 | 22,50 | 141,30 | №135 | |
| 3 Биточки куриные | 90 | 11,5 | 11,9 | 5,87 | 192,5 | 90 | 11,5 | 11,9 | 5,87 | 192,5 | 295/2011 | |
| 4 Макароны отварные | 150 | 5,30 | 6,10 | 35,20 | 220,00 | 200 | 6,30 | 8,30 | 42,20 | 263,00 | №516 | |
| 5 Чай с сахаром каркаде | 200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | 200 | 0,3 | 0 | 15,2 | 60 | №685 | |
| 6 Хлеб пшеничный | 50 | 2,70 | 0,70 | 16,30 | 87,00 | 50 | 2,70 | 0,70 | 16,30 | 87,00 | №18/2016 | |
| 7 Хлеб пеклеванный | 40 | 1,10 | 0,20 | 9,40 | 44,00 | 40 | 1,10 | 0,20 | 9,40 | 44,00 | №17/2016 | |
| Итого | | 24,1 | 22,05 | 100,6 | 731,5 | | 26,8 | 25 | 112,02 | 812,8 | | |
| Всего | | 41,87 | 38,24 | 182,3 | 1271,6 | | 46,57 | 41,19 | 198,72 | 1377,7 | | |
| | | | | | | | | | | | | 141-12 |

Повар: Соловьева Е.В.

Ответственный по питанию по школе: Климова Н.М.