

Индивидуальный предприниматель Плехина Наталья Иосифовна

«СОЛАСОВАНО»  
Директор МКОУ



/ Н. И. Плехина



Терехова Н.К.

## МЕНЮ

питания учащихся в каникулярный период летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием

на « 16 » июня 2022г.

9 День: Четверг 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			
<b>ЗАВТРАК</b>												
1 Каша вязкая молочная из риса и пшена Дружба с маслом	200/5	7,7	14,4	57,7	399,6	250/5	9,1	17,36	69,9	467,2	№175/2011	
2 Хлеб пшеничный	50	2,7	0,7	16,3	87,00	50	2,7	0,7	16,3	87,00	№18/2016	
3 Масло сливочное	10	0,10	7,30	0,10	75,00	10	0,10	8,30	0,10	75,00	№41	
4 Чай с сахаром и лимоном	200	0,30	0,00	15,20	60,00	200/15/7	0,30	0,00	15,20	60,00	№686	
5												
<b>Итого</b>		<b>10,8</b>	<b>22,4</b>	<b>89,3</b>	<b>621,6</b>		<b>12,2</b>	<b>26,36</b>	<b>101,5</b>	<b>689,2</b>		
<b>ОБЕД</b>												
1 Овощи (отварные, соленые, свежие по сезону)	60	0,7	0,15	0,33	15	100	1,20	0,20	0,55	25,00	№70/71/2011	
2 Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,20	6,30	10,30	109,00	250	2,50	5,00	8,60	91,30	№123	
3 Рыба тушеная в томате с овощами	100/30	7,90	12,66	2,86	139,60	100/30	7,90	11,66	2,86	139,60	№486	
4 Рис отварной	150	3,20	6,80	22,00	163,00	200	3,80	8,20	23,40	196,00	№511	
5 Компот из сухофруктов	200	0,6	0,00	31,4	124	200	0,6	0,00	31,4	124	№639	
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	
<b>Итого</b>		<b>18,4</b>	<b>26,8</b>	<b>92,59</b>	<b>681,6</b>		<b>19,8</b>	<b>25,9</b>	<b>92,51</b>	<b>706,9</b>		
<b>Всего</b>		<b>29,2</b>	<b>49,2</b>	<b>181,89</b>	<b>1303,2</b>		<b>32</b>	<b>52,26</b>	<b>194,01</b>	<b>1396,1</b>		
												<b>141-12</b>

Повар: Соловьева С.В.

Ответственный по питанию по школе: Ключкова Н.В.