

«УТВЕРЖДАЮ»
Индивидуальный предприниматель Плюхина Наталья Иосифовна

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МКОУ

Овчиневская Е.С.

Терехов Н.В.



МЕНЮ

питания учащихся в каникулярный период летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием

1 День: понедельник

Неделя: первая

на «20» июня 2022г.

Наименование блюд	Выход (в гр.)	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ				ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ				Номер по сборнику рецептур	Стоимость порции руб.	
		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 геркулесовая вязкая с маслом	200/5	8,8	17,7	44,4	384	200/5	8,8	17,7	44,4	384		
2 Хлеб пшеничный	50	2,7	0,7	16,3	87	50	2,7	0,7	16,3	87	№302	
3 Сыр	20	5,12	5,22	0	68,8	20	5,12	5,22	0	68,8	№18 2016	
4 Чай с сахаром	200	0,20	0,00	15,00	58,00	200	0,20	0,00	15,00	58,00	№42	
5 Фрукт свежий (яблоко)	100	1,9	0,22	15,5	70,5	100	1,9	0,22	15,5	58,00	№685	
Итого		18,72	23,84	91,2	668,3		18,72	23,84	91,2	668,3	393/2016	
ОБЕД												
1 Овощи (свежие по сезону)	60	0,7	0,15	0,33	15	100	1,2	0,2	0,55	25	71/2011	
2 Суп картофельный с бобовыми	200	6,20	5,60	22,30	167,00	250	7,50	7,00	27,80	208,70	№139	
3 Печень, тушенная в соусе (говяжья)	100	10,10	7,00	3,00	127,20	100	12,60	8,80	3,80	159,00	№439	
4 Рис отварной	180	3,20	6,80	22,00	163,00	200	3,80	8,20	23,40	196,00	№511	
5 Компот из сухофруктов	200	0,60	0,00	31,40	124,00	200	0,60	0,00	31,40	124,00	№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	
Итого		23,50	20,25	95,33	683,20		28,40	24,90	103,25	799,70		
Всего		42,22	44,09	186,53	1 351,50		47,12	48,74	194,45	1 468,00		
											141-12	

Повар: Соловьева Е.А.

Ответственный по питанию по школе: Клюкова Н.В.