

«УТВЕРЖДАЮ»

Индивидуальный предприниматель Плюхина Наталья Иосифовна

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МКОУ

*Ивановская Е. С.*

*Шеронова Н. В.*



# МЕНЮ

питания учащихся в каникулярный период летнего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием

на «24» июня 2022г.

5 День: Пятница Неделя: первая

Наименование блюд	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ					ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ					Номер по сборнику рецептов	Стоимость порции 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	200/5	7,7	14,4	57,7	399,6	№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 Сыр порция	20	5,12	5,22	0,00	68,60	20	5,12	6,22	0,00	68,60	№42	
4 Чай с сахаром каркаде	200	0,30	0,00	15,20	60,00	200	0,30	0,00	15,20	60,00	№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	
<b>Итого</b>		<b>17,72</b>	<b>20,54</b>	<b>104,7</b>	<b>685,7</b>	<b>100</b>	<b>17,72</b>	<b>20,54</b>	<b>104,7</b>	<b>685,7</b>		
<b>ОБЕД</b>												
1 Овощи (отварные, соленные, 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	2,00	4,30	6,90	73,00	250	2,50	5,00	8,60	91,30	№123	
3 Рыба тушеная с овощами	100/30	7,9	12,66	2,86	139,6	100/30	7,9	12,66	2,86	139,6	№486	
4 Каша гречневая рассыпчатая	150	8,6	7,7	42,5	278	200	10,3	9,2	50,9	333	№508	
5 Чай с сахаром	200	0,60	0,40	32,60	136,40	200	0,60	0,40	32,60	136,40	№389/2011	
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>23,6</b>	<b>26,11</b>	<b>110,89</b>	<b>773</b>		<b>26,3</b>	<b>28,36</b>	<b>121,21</b>	<b>856,3</b>		
<b>Всего</b>		<b>41,32</b>	<b>46,43</b>	<b>215,59</b>	<b>1458,7</b>		<b>44,02</b>	<b>48,9</b>	<b>225,91</b>	<b>1542</b>		
												<b>141-12</b>

Повар: *Саловьева Е. В.*

Ответственный по питанию по школе: *Клюшкова Н. В.*