

«УТВЕРЖДАЮ»

Индивидуальный предприниматель Плюхина Наталья Иосифовна

Н.И. Плюхина



«СОГЛАСОВАНО»
Директор МКОУ

М.П.



МЕНЮ

на « 29 » сентября 2022 г. в каникулярный период осеннего оздоровительного лагеря с дневным пребыванием

10 День: Пятница Неделя: вторая

Наименование блюда	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 7-11 ЛЕТ				ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ 12-18 ЛЕТ				Номер по сборнику рецептур	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 (отварные, соленые, 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 пеклеваный	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:

Ответственный по питанию по школе: Тимошина Н. В.