

Согласовано:

директор

М.В. Бакланова
С.И.А. Махуров

Утверждено

Директор ООО Бизнес Консалтинг

Дортоножко Е.Ю.

Примерное 10-ти дневное меню

в лагерях с дневным пребыванием детей во-растной группы 7-11 лет на базе муниципальных образовательных учреждений

в период каникул при 2-х разовом питании

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Цена рубли	№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак								
Запеканка рисовая с творогом	200	11,6	8,6	60,7	366,5	30,9	188	2017м
Соус молочный (сладкий)	50	0,9	2,2	6,7	50,8	10	327	2017м
чай с сахаром и лимоном	207	0,3	0,0	10,6	43,52	10	54-3гн	2022н
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Итого за прием пищи:	507	16,5	11,1	102,3	575,62			
Обед								
Овощи по сезону (помидор свежий)	60	0,7	0,1	2,3	12,8	25	54-3з	2022н
Суп из овощей	200	1,4	4,0	8,9	74	20	54-17с	2022н
Котлеты рыбные (минтай)	90	12,2	8,2	14,3	179,8	36	77-1	2022
Каша пшеничная с овощами	150	5,5	6,7	27,1	190,99	16	183	2017м
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	10,2	42,5	10	54-5хн	2022н
Хлеб пшеничный	50	3,7	0,3	24,3	114,8	4	701	2010
Хлеб пеклеанный	50	3,2	0,4	20,6	98,9	4	702	2010
Итого за прием пищи:	800	27,0	19,8	107,7	713,79	169,9		
Всего за день:		43,5	30,9	210,0	1289,41			