

Ежедневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 7-11 лет
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ-К"

Утверждаю КИСЕЛЕВ Д.Г.



10 день

| Сборник рецептур | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | |
|-----------------------------|--------------|--|--------------|-----------------|------------------|-------------|--------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101 | 200 | | 7,1 | 5,7 | 32,6 | 210,0 | |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| 2011 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ №392 | 200 | | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | |
| | 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Итого за прием пищи: | | | | | | 10,8 | 6,5 | 77,2 | 413,6 |
| Обед | | | | | | | | | |
| | 2 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 60 | | 0,9 | 0,1 | 5,1 | 24,4 | |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47 | 200 | | 1,5 | 3,5 | 7,6 | 68,8 | |
| 2004 | 455 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК №455 | 90 | | 8,0 | 7,9 | 12,1 | 151,2 | |
| 2004 | 516 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516 | 150 | | 5,5 | 4,3 | 34,0 | 196,8 | |
| 2004 | 639 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639 | 200 | | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,3 | |
| | 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| | 7 | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 40 | | 2,5 | 0,4 | 16,5 | 79,2 | |
| Итого за прием пищи: | | | | | | 21,8 | 16,4 | 115,2 | 696,6 |
| Всего за день: | | | | 168,89 Р | | 32,6 | 22,9 | 192,4 | 1 110,2 |

е дневное меню в лагерях с дневным пребыванием детей возрастной группы 12-18 лет
на базе муниципальных образовательных учреждений

ООО "СОЮЗ-К"

Утверждаю КИСЕЛЕВ Д.Г.



10 день

| Сборник рецептур | № рецептур ы | Прием пищи, наименование блюда | Масса порции | цена | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | |
|----------------------|--------------|---|--------------|----------|------------------|---------|--------------|-------------------------------|-------|
| | | | | | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | | |
| 2004 | 302 | КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ ТК №101 | 250 | | 9,3 | 7,1 | 41,8 | 267,1 | |
| 2011 | 338 | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №338 | 150 | | 0,6 | 0,6 | 14,3 | 68,4 | |
| 2011 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ №392 | 200 | | 0,1 | 0,0 | 10,8 | 43,3 | |
| | 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | | 3,0 | 0,2 | 19,5 | 91,9 | |
| Итого за прием пищи: | | | | | | 13,0 | 7,9 | 86,4 | 470,7 |
| Обед | | | | | | | | | |
| | 2 | СВЕКЛА ОТВАРНАЯ | 100 | | 1,5 | 0,1 | 8,5 | 40,7 | |
| 2011 | 87 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ ТК №47 | 250 | | 1,9 | 4,1 | 9,5 | 82,6 | |
| 2004 | 455 | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ ТК №455 | 100 | | 9,0 | 9,4 | 13,6 | 175,3 | |
| 2004 | 516 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (РОЖКИ) №516 | 180 | | 6,7 | 5,3 | 40,7 | 236,2 | |
| 2004 | 639 | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ ТК №639 | 200 | | 0,4 | 0,0 | 20,4 | 84,3 | |
| | 6 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 60 | | 4,5 | 0,4 | 29,2 | 137,8 | |
| | 7 | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ | 60 | | 3,9 | 0,5 | 24,6 | 118,7 | |
| Итого за прием пищи: | | | | | | 27,9 | 19,8 | 146,5 | 875,6 |
| Всего за день: | | | | 168,89 Р | 40,9 | 27,7 | 232,9 | 1 346,3 | |