

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание" Директор Е.С. Подгорнова _____



МЕНЮ для пришкольного лагеря

9/06-21

на обеспечение питания из расчета стоимости 162.33 руб на человека

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
ЗАВТРАК											
182/07	Каша молочная из геркулеса с м/сл	200/10	7,24	13,34	38,00	300,00	250/10	8,96	15,52	47,05	371,00
гост	Фрукты (апельсин)	100	0,05	0,00	10,80	43,00	100	0,05	0,00	10,80	43,00
41/10	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	75,00	15	0,00	12,30	0,15	112,50
382/07	Какао с молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,00	200	3,60	2,67	29,20	155,00
42/07	Сыр порциями	15	3,94	3,99	0,00	53,00	20	5,25	5,32	0,00	69,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
Итого завтрак:			17,68	28,63	98,73	705,00	20,20	19,47	62,55	843,50	
ОБЕД											
71/07	Овощи свежие(огурцы)	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00
102/07	Суп картофельный с бобовыми (горох) , курицей	200/6	4,05	4,89	10,08	138,00	250/6	5,08	4,68	23,85	173,00
ТТК 46	Котлета "Дружба" (минтай)	100	18,93	21,06	14,10	322,00	100	18,93	21,06	14,10	322,00
312/07	Пюре картофельное с маслом сливочным	100/5	2,08	7,60	13,60	130,00	130/5	3,10	9,35	19,13	173,00
321/07	Капуста свежая тушеная	50	1,04	1,33	6,70	43,00	50	1,04	1,33	6,70	43,00
гост	Сок	200	0,00	0,00	25,50	102,00	200	0,00	0,00	25,50	102,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный	60	4,20	0,56	23,44	116,00	60	4,20	0,56	23,44	116,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный ржаной	50	2,80	0,55	24,70	114,95	50	2,80	0,55	24,70	114,95
Итого обед:			38,76	36,11	120,20	980,35	36,25	37,73	141,22	1067,95	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			51,89	64,74	218,93	1685,35	56,45	57,20	203,77	1911,45	

зав производством