

СОГЛАСОВАНО: Директор: _____

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

Директор

МЕНЮ для дошкольного лагеря

11/06-21

на обеспечение питания из расчета стоимости 162,33 руб на человека

10

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 7-11 ЛЕТ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ С 12-18 ЛЕТ

№ рецептур	Прим. лица/ 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											
382/07	Каша молочная манная с м/сл	200	6,10	11,60	33,50	260,00	250	7,60	14,50	41,87	325,00
205/01	Яйцо вареное вкрутую	1 шт./40	5,08	4,60	0,28	63,00	1 шт./40	5,08	4,60	0,28	63,00
42/07	Сыр порциями	20	4,64	5,89	0,00	71,60	25	5,80	7,36	0,00	89,50
375/07	молоком	200	3,60	2,67	29,20	155,00	200	3,60	2,67	29,20	155,00
гост	Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,00	100	0,40	0,40	9,80	47,00
гост	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
	Итого завтрак:		22,62	25,89	68,41	675,60		25,64	29,99	100,53	772,50
ОБЕД											
71/07	Овощи свежие(огурцы)	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00
88/07	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной, курицей	200/5/6	2,07	4,73	6,68	79,00	250/5/6	2,17	5,95	8,18	96,00
298/11	Голубцы ленивые	100	8,40	12,20	12,50	193,00	110	9,24	12,20	13,75	212,00
305/07	Макаронные изделия отварные с маслом	150/10	5,10	11,64	28,50	240,00	180/10	7,12	13,10	34,20	283,00
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:		23,23	29,80	123,40	859,35		26,63	32,56	135,57	947,95
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		45,85	55,69	211,81	1534,95		52,27	62,49	234,10	1720,45

зав производством

h