

СОГЛАСОВАНО: Директор: \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ: ООО "Общественное питание" Директор  
Е.С. Подгорнова \_\_\_\_\_



# МЕНЮ для пришкольного лагеря

21/6-21

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	
<b>ЗАВТРАК</b>											
204/07	Макаронные изделия , припущенные с сыром	155	9,83	10,30	63,76	313,00	205	13,11	13,60	85,01	417,00
376/07	Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,00	60,00	200	0,07	0,02	15,00	60,00
41/10	Масло сливочное	10	0,00	8,20	0,10	75,00	15	0,00	12,30	0,15	112,50
ГОСТ	Хлеб пшеничный йодированный	40	2,80	0,43	15,63	79,00	50	3,16	0,40	19,38	93,00
ГОСТ	Фрукты (яблоко)	100	0,40	0,40	11,30	45,00	100	0,40	0,40	11,30	45,00
Итого завтрак:			13,10	19,95	105,79	572,00		16,74	26,72	190,84	727,50
<b>ОБЕД</b>											
71/07	Овощи свежие(огурцы)	60	0,66	0,12	2,08	14,40	100	1,10	0,20	3,80	24,00
111/07	Суп с макаронными изделиями с курицей	200/6	4,75	5,80	13,60	125,00	250/6	5,90	7,25	17,00	156,00
295/07	Биточки из птицы	100	15,20	14,40	13,60	245,00	100	15,20	14,40	13,60	245,00
331/07	Соус сметанно томатный	30	4,50	4,50	4,30	77,00	30	4,50	4,50	4,30	77,00
305/07	Рис припущенный	150	3,60	6,38	39,30	236,00	180	4,32	12,65	47,16	318,00
638/04	Напиток витаминный	200	0,46	0,16	29,10	125,00	200	0,46	0,16	29,10	125,00
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:			36,17	32,47	150,12	1053,95		38,48	40,27	168,10	1175,95
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			49,27	51,82	255,91	1625,95		55,22	66,99	298,94	1903,45

зав производством