

СОГЛАСОВАНО
Директор

А.В. Зайцева

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлассевская»
Мефольева Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

МЕНЮ НА 1 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккдл	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	200/5	5,29	7,57	34,62	229,59	0,044	1,28	0,044	0,23	123,54	0,54
97*	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0,3	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04		0,02	0,04	8	0,44
ПР	Печенье	22	1,67	3,81	14,59	99,44	0,017			0,77	6,38	0,46
378**	Чай с молоком	200	3,12	2,51	24,69	146,3	0,03	1,3	0,02		120	0,1
	ИТОГО	502,00	20,63	20,46	104,00	703,93	0,14	2,75	0,14	1,17	477,92	1,79
	ОБЕД											
78*	Помидор в нарезке	60	0,48	0,12	3,12	12	12,6	0,15	0,3	0,2	7,5	0,45
149*	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	250	1,57	4,87	10,71	90,04	0,04	9,88	0,22	1,96	35,92	0,94
508*	Греча отварная рассыпчатая	150	5,33	4,35	19,95	140,5	0,08		0,053	0,55	14,49	4,65
388*	Котлета куриная с соусом	50/50	4,05	4,2	8,05	84,06	0,029	0,79		1,558	42,63	1,12
639*	Компот из сухофруктов	200	6,5	10,85	63,77	266	0,01	1,6		0,16	4	0,4
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
ПР	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,05	0,20	15,00	2,20
	ИТОГО	920,00	20,67	25,06	132,20	713,10	12,82	67,10	0,62	7,31	181,79	15,26
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1422,00	41,30	45,52	236,20	1417,03	12,96	69,85	0,77	8,48	659,71	17,05
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00										

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Дендрин, 2005, 628 с.»

Татьяна Ветрова
И.О. директор школы

04.04.2011

А.В. Романов



СОГЛАСОВАНО

Директор

В.Т. Лапшина 4.5

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Мефольева Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

МЕНЮ

2 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	B1	C	A	E	Ca	Fe
	ЗАВТРАК											
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	210	6,86	12	29,25	252,81	0,18	1,32	0,05	0,056	129,44	1,52
693*	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01	125,12	0,98
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
97*	Сыр порциями	20	5,75	5,97	0,5	90	0,013	0,22	0,08	0,17	293,3	0,33
	ИТОГО	490,00	21,20	21,77	85,36	624,41	0,27	2,84	0,15	0,28	555,86	3,27
	ОБЕД											
ТТК	Салат из свежей капусты с кукурузой	60	0,48	0,06	1,68	9	1,2	6,6	0,66	0,42	1,38	1,98
124*	Щи из свежей капусты на курином бульоне со смет	250/5	1,9	6,17	8,11	99,7	0,05	18,04	0,21	1,92	33,19	0,63
259*	Жаркое с говядиной и картофелем	225	12,6	6,5	19	283,7	0,2	12,69		4,8	41,53	3,09
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11
ПР	Печенье	22	1,67	3,81	14,59	99,44	0,017		0,02	0,77	6,38	0,46
пр	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
	ИТОГО	822,00	19,67	17,14	63,78	694,84	1,50	87,29	3,38	13,08	151,84	11,77
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1312,00	40,87	38,91	149,14	1319,25	1,78	90,13	3,53	13,36	707,70	15,04
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00										

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапшиной «Хлебпродинформ М-2004»

** Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делтрин, 2005, 628 с.»

Татьяна Ветра

И.О. директорша школы



СОГЛАСОВАНО

Директор

М. Волыва А. В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Атлашевская»

Медфольева Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

МЕНЮ

3 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe
	ЗАВТРАК											
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	220/5	9,04	17,14	50,07	392,2	0,14	1,94	0,84	0,3	190,6	1,14
692*	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38				
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44
ПР	Печенье	22	1,67	3,81	14,59	99,44	0,017		0,02	0,77	6,38	0,46
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02
	ИТОГО	527,00	16,13	28,90	103,17	729,34	0,20	3,32	45,86	1,21	207,38	2,06
	ОБЕД											
39*	Салат Витаминный	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6
140*	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78
492*	Плов с филе куриным	200	20,3	11,8	47	375	0,078	1,1		1,69	19,9	2,91
ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,04			4,03	14,4	2,24
ПР	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,05	0,20	15,00	2,20
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5
	ИТОГО	870,00	26,27	44,27	75,69	801,28	0,28	70,52	0,28	10,84	156,83	14,23
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1397,00	42,40	73,17	178,86	1530,62	0,48	73,84	46,14	12,05	364,21	16,29
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00										

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лавицкой «Хлебпродинформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мосильного «М.Делирин, 2005,628 с.»

Юлия Верия
И.с. директоров школ

04.04.2004
А.В. Волыва

СОГЛАСОВАНО
Директор

А. В. Мина

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Аглашевская»
Мефодьева Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

4 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества													
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe							
	ЗАВТРАК																		
302*	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	200/5	5,59	8,58	38,23	261,74	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18							
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02							
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44							
686*	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,02			0,02	4	0,22							
ПР	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,05	0,20	15,00	2,20							
	ИТОГО	575,00	11,03	16,99	105,83	622,41	0,24	10,99	45,11	0,54	140,71	4,06							
	ОБЕД																		
ТТК	Салат из капусты с огурцом	60	0,84	1,38	2,34	24,9	0,017	25,38	0,016	0,63	28,76	0,38							
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	1,64							
516*	Картофельное пюре	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,2	17,6	0,02	3	77,8	1,2							
371*	Филе мятная тушеное с луком	50/50	9,29	1,78	3,29	65,76	0,06	1,03	0,04	0,38	35,34	0,1							
639*	Компот из сухофруктов	200	6,5	10,85	63,77	266	0,01	1,6		0,16	4	0,4							
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1010,00	34,20	27,06	126,61	894,84	0,54	69,27	0,53	7,69	171,64	13,93							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	1585,00	45,23	44,05	232,44	1517,25	0,78	80,26	45,64	8,23	312,35	17,99							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																	

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродифформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Делтрич, 2005,628 с.»

Катерина Ветра

Ч.с. директорского стола:

04.04.2024

А.В. Виноградова



СОГЛАСОВАНО

Директор

В.В. Вайсва А.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Грифирма «Атлашевская»

Мсфольева Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

5 день

МЕНЮ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества														
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe								
	ЗАВТРАК	200/5																		
302*	Каша молочная овсяная	15	5,59	8,58	38,29	261,74	0,15	0,99	0,06	0,18	111,31	1,18								
97*	Сыр порциями	60	5,75	5,97	0,3	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25								
ПР	Хлеб пшеничный	45	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44								
ПР	Пряник	200	2,52	2,25	34,3	162,9	0,03			1,08	4,95	0,36								
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11								
	ИТОГО	525,00	18,86	17,40	122,49	730,24	0,24	6,44	2,61	3,92	351,37	2,34								
	ОБЕД																			
ТТК	Салат овощной	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6								
	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	250/5	2,5	2,48	20,91	154,01	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86								
142*	Греча вязкая	180	5,33	4,35	19,95	140,48	0,08			0,53	14,49	4,65								
302*	Филе куриное с овощами в смет. соусе	50/50	11,52	4,08	2,16	92,16	0,042	1,55	0,0029	1,88	13,36	0,941								
292**	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5								
ПР	Чай с лимоном	200	0,16	0,16	27,87	108,97	0,02			0,02	4	0,22								
686*	ИТОГО	855,00	22,63	15,78	92,37	629,72	0,28	72,21	0,32	6,61	143,36	12,77								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1380,00	41,49	33,18	214,86	1359,96	0,52	78,65	2,93	10,53	494,73	15,11								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																		

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных учреждениях под редакцией В.Т. Лавиной «Хлебродиформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делтрип, 2005, 628 с.»

Юлия Верия

И.О. Зуремтова и.и.и.

04.04.2024

А.В. Юманова



СОГЛАСОВАНО

Директор

В. В. Рыжова-А.В.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Атлашевская»

Мельникова Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

6 день

МЕНЮ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества												
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe						
	ЗАВТРАК																	
333*	Макароны отварные с сыром и маслом сливочным	200/12/5	9,7	9,22	27,69	233,83	0,05	0,14	0,07	0,83				65,05	0,87			
693*	Какао с молоком	200	3,79	3,2	25,81	143	0,04	1,3	0,02	0,01				125,12	0,98			
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04			8	0,44				
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001			4,5	0,1		2,4	0,02				
ПР	Пряник	45	2,52	2,25	34,3	162,9	0,03			1,08			4,95	0,36				
	ИТОГО	532,00	20,89	22,52	117,73	744,43	0,16	1,44	45,09	2,06			205,52	2,67				
	ОБЕД																	
50*	Салат из свеклы с сыром	60	0,81	3,65	4,72	53,91	0,01	5,7		1,64			21,09	0,7				
149*	Суп Крестьянский с крупой на курином бульоне	250	1,57	4,87	10,71	148,2	0,04	9,88	0,22	1,96			35,92	0,94				
508*	Рис отварной рассыпчатый	180	3,96	0,9	44,82	208,8	1,26			0,18			16,2	0,7				
388*	Котлета куриная с соусом	60/40	4,05	4,2	8,05	84,06	0,029	0,79		1,558			42,63	1,12				
639*	Компот из сухофруктов	200	0,16	0,16	27,87	108,96	0,01	1,6		0,16			4	0,4				
ПР	Печенье	22	1,67	3,81	14,59	99,44	0,017		0,02	0,77			6,38	0,46				
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68			62,25	5,5				
	ИТОГО	872,00	14,56	17,86	127,56	776,87	1,39	62,65	0,24	8,95			188,47	9,82				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1404,00	35,45	40,38	245,29	1521,30	1,55	64,09	45,33	11,01			393,99	12,49				
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных учреждениях под редакцией В.Т. Липиной «Хлебпродиформ М-2004»

**Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мозильного «М.Детприн, 2005,628 с.»

Копия верна

Ч.О. директора школы

04.04.2024

А.В. Давыдова

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.В. Волкова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО Агрофирма «Атлашевская»

Мефодьева Е.В.



МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

7 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность				Витамины и минеральные вещества						
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe	
	ЗАВТРАК												
302*	Каша молочная рисовая с маслом слив.	220/5	5,29	7,57	34,62	229,59	0,044	1,28	0,044	0,23	123,54	0,54	
97*	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0,3	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25	
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44	
685*	Чай с сахаром	200	0,2		19,8	77	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11	
	ИТОГО	500,00	16,04	14,14	84,52	535,19	0,10	6,73	2,59	2,89	358,65	1,34	
	ОБЕД												
39*	Салат Витаминный	60	0,78	4,44	4,68	60,6	0,024	8,7		0,3	27,3	0,6	
110*	Борщ на мясном бульоне со сметаной	200/5	1,45	4,04	10,9	87,8	0,06	4,8	0,18	1,55	14,45	0,62	
516*	Картофельное пюре	180	5,37	4,68	32,39	196,87	0,24		0,024	0,7	17,2	5,34	
278**	Тефтели из говяд. рубленные с соусом	70/40	17,6	17,6	3,41	236,5	0,07	16,2	0,11	0,48	164,8	2,2	
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5	
631*	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0,004	0,48	0,006	0,024	10,2	0,292	
	ИТОГО	815,00	27,64	31,06	83,17	712,12	0,42	74,86	0,32	5,73	296,20	14,55	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1315,00	43,68	45,20	167,69	1247,31	0,53	81,59	2,91	8,62	654,85	15,89	
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00											

*Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Латишовой «Хлебпродинформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Мосильного «М.Делприп, 2005, 628 с.»

Татьяна Вера
И.о. директора школы:



СОГЛАСОВАНО

Директор

А.А. Виноградова

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Агрофирма «Аглатшевская»

Мефодьева Е.В.



МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

8 день

МЕНЮ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества													
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe							
	ЗАВТРАК																		
302*	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным	200/5	8,22	15,59	45,52	356,63	0,12	1,61	0,07	0,26	157,69	0,95							
96*	Масло сливочное	10	5,75	5,97		90	0,001		45	0,1	2,4	0,02							
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44							
692*	Кофейный напиток	200	0,54	0,1	8,58	33		1,38											
ПР	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,05	0,20	15,00	2,20							
	ИТОГО	575,00	19,71	22,66	93,70	665,23	0,19	12,99	45,12	0,60	183,09	3,61							
	ОБЕД																		
15*	Огурец в нарезке	60		0,06	1,72	8,4	0,018	6	6	6	13,8	0,36							
140*	Суп с макаронными изделиями на курином бульоне	250	1,81	5,03	13,57	109,28	0,08	6,04	0,23	1,94	17,98	0,78							
492*	Плов с филе куриным	200	20,3	11,8	47	375	0,078	1,1		1,69	19,9	2,91							
ТТК	Напиток лимонный	200	0,16	22	0,04	83,4	0,04			4,03	14,4	2,24							
ПР	Хлеб ржаной	60	2,82	0,6	0,6	126	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5							
	ИТОГО	770,00	25,09	39,49	62,93	702,08	44,90	13,14	8,91	75,91	128,33	11,79							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1345,00	44,80	62,15	156,63	1367,31	45,09	26,13	54,03	76,51	311,42	15,40							
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																	

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебродинформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делтрин, 2005, 628 с.»



04.04.2024
А.А. Виноградова
 У.о. заместителя школо.

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.В. Васильева

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО агрофирма «Атлассевская»

М.П. Мерфи
Мерфи Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

9 день

МЕНЮ

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества														
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe								
	ЗАВТРАК																			
160*	Суп молочный с макаронными изделиями	210	6,86	12	29,25	252,81	0,18	1,32	0,05	0,056	129,44	1,52								
685*	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11								
96*	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1	0,001		45	0,1	2,4	0,02								
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44								
	Сок	200	1	0,2	20,2	92	0,02	4,00		0,20	14,00	2,80								
ПР	Печенье	26	1,98	4,5	17,24	117,52	0,017		0,02	0,77	6,38	0,46								
	ИТОГО	706,00	14,88	24,58	111,82	723,22	0,27	10,60	47,56	3,66	167,33	5,35								
	ОБЕД																			
78*	Помидор в нарезке	60	0,66	0,12	2,28	14,4	12,6	0,15	0,3	0,2	7,5	0,45								
139*	Суп картофельный с горохом на мясном бульоне	250	5,13	4,74	19,5	148,29	0,18	10,98	0,22	1,96	27,78	1,64								
302*	Каша пшеничная вязкая	150	8,38	6,1	41,26	257,86	0,2		0,02	0,59	14,41	4,45								
388*	Котлеты рыбные с соусом	60/40	4,05	4,2	8,05	84,06	0,05	7,75	0,5	0,95	18,1	0,6								
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5								
638*	Компот из изюма	200	6,5	10,85	63,77	266	0,03	3,48	0,04	0,38	3,48	0,69								
	ИТОГО	820,00	20,66	15,46	102,88	634,96	13,06	64,04	1,05	6,40	140,24	12,93								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1526,00	35,54	40,04	214,70	1358,18	13,33	74,64	48,61	10,06	307,57	18,28								
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																		

* Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродинформ М-2004»

**Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делитри, 2005, 628 с.»

*Юлия Сергеева**И.С. Зубарева**04.04.2014**И.С. Зубарева*

СОГЛАСОВАНО

Директор

А.В. Румов

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Хлебпродформ» «Атлашевская»
Мельникова Е.В.

МЕНЮ ДЛЯ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ПРИШКОЛЬНОГО ЛАГЕРЯ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДЕТЕЙ

МЕНЮ

10 день

СБ	Наименование блюда	Выход (гр)	Пищевая ценность			Витамины и минеральные вещества												
			белки	жиры	углеводы	ккал	В1	С	А	Е	Са	Fe						
	ЗАВТРАК																	
302*	Каша манная молочная с маслом сливочным	220/5	11,44	8,32	56,27	268,4	0,27		0,077	0,88	19,6	6,08						
685*	Чай с сахаром	200	0,16	0,03	15,2	56,19	0,01	5,28	2,49	2,49	7,11	0,11						
97*	Сыр порциями	15	5,75	5,97	0,3	90	0,01	0,17	0,06	0,13	220	0,25						
ПР	Хлеб пшеничный	60	4,8	0,6	29,8	138,6	0,04			0,04	8	0,44						
	ИТОГО	500,00	22,15	14,92	101,57	553,19	0,33	5,45	2,63	3,54	254,71	6,88						
	ОБЕД																	
ПР	Фрукт	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10,00	0,05	0,20	15,00	2,20						
142*	Рассольник по-Ленинградски на мясном бульоне со сметаной	250/5	2,5	2,48	20,91	154,01	0,09	17,28	0,26	1,18	21,96	0,86						
516*	Макароны отварные	200	7,2	6,53	43,73	262,4	0,11			0,98	12,5	0,97						
471*	Фрикадельки из говядины с соусом	55/50	7,47	8,37	8,05	139,1	0,03		0,02	2,86	18,26	1,14						
ПР	Хлеб ржаной	60	2,34	0,27	16,8	73,5	0,026	44,68		2,68	62,25	5,5						
631*	Компот из яблок	200	0,1	0,03	14,99	56,85	0,004	0,48	0,006	0,024	10,2	0,292						
	ИТОГО	920,00	26,41	28,90	163,06	942,01	0,30	73,56	0,33	8,06	133,97	11,07						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1420,00	48,56	43,82	264,63	1495,20	0,63	79,01	2,96	11,60	388,68	17,95						
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ, руб	123-00																

* Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий при образовательных школах под редакцией В.Т. Лапиной «Хлебпродформ М-2004»

**Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания школьников под редакцией М.П. Могильного «М.Делитри, 2005,628 с.»

Юлия Ветина

И.О. Зубаурова



04.04.2024