

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 1

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		23,80
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155	218,12	6,33	7,15	31,86	14,34
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	12,02
5		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	400	502,02	16,72	15,79	66,27	52,19

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	45	Салат из белокочанной капусты.	60	51,64	0,89	3,05	5,39	6,58
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	5,08
3.	269/331	Котлеты рубленые с томат. соусом	100	172,94	8,34	10,46	11,9	42,58
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,79
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	800	736,7	24,17	24,48	84,66	77,10

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п _____/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 2

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	173	Каша молочная из овсяных хлопьев.	210	280,9	7,63	13,34	32,51	22,97
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	12,25
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.		Итого	505	675,8	16,84	21,25	104,9	52,70

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	67	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	43,3	0,58	3,86	1,89	12,70
2.	82	Борщ с капустой картоф. со сметаной	205	90,04	1,57	4,87	10,71	11,69
3.	279/331	Тефтели рубленые с томат. соусом	110	139,1	7,47	8,37	8,05	31,02
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,66	8,7	57,26	13,07
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,87
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	815	856,4	24,97	26,16	110,1	76,62

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 3

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	12,03
2.	223	Запеканка творожная с молоком сг	150	367,83	22,26	16,79	31,71	56,78
3.	377	Чай с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	15,2	3,81
5		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	400	596,99	25,51	25,39	66,43	76,68

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	60	53,91	0,81	3,65	4,72	8,06
2.	103	Суп картофельный с макарон.изд.	200	97,56	2,25	2,23	16,73	5,09
3.	227/330	Рыба припущ. со сметан. соусом	100	65,76	9,29	1,78	3,29	29,52
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	24,41
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,89
7.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	800	644,43	19,98	18,9	79,08	82,25

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 4

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	23,07
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	210	259,24	5,97	11,4	33,09	23,32
3.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,51
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.		Итого	500	574,09	14,87	19,7	82,14	51,95

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Огурцы свежие порциями.	60	8,4	0,48	0,6	1,56	11,75
2.	88	Щи из св, капусты с карт.со смет.	205	79,76	1,5	4,94	6,49	10,21
3.	269/331	Биточки рубл, с томат. соусом	120	198,72	11,46	11,45	13,81	60,35
5.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	16,70
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,28
		Итого	825	717,78	23,87	23,75	102,9	114,09

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 5

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	302	Каша гречневая рассыпчатая с мас	155	266,46	8,67	6,31	42,64	9,80
2.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		23,80
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
5.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	420	594,66	21,25	15,8	87,89	51,08

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Помидоры свежие	60	13,8	0,66	0,12	2,28	13,55
2.	96	Рассольник Ленинградский со сме	205	109,28	1,81	5,03	13,57	9,12
3.	290/331	Птица, тушенная в томатном соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	25,92
4.	310	Картофель отварной	200	193,25	3,87	6,31	29,63	18,67
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,39
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	98	2,72	0,52	14,2	3,28
7.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	825	684,49	25,16	32,29	100,2	80,97

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 6

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	23,75
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	12,02
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	5,07
		Итого	500	561,01	16,11	14,64	85,82	40,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	45	Салат из белокачанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	6,58
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	7,40
3.	280/331	Фрикадельки мясн. с томат. соусом	105	161,44	8,37	9,52	11,52	43,22
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,89
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,28
		Итого	805	747,8	21,22	23,31	113,8	84,16

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В



/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 8

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	23,07
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	155	191,33	4,41	6,31	28,85	16,66
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	425	544,73	15,48	17,62	79	55,17

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Помидоры свежие	60	13,8	0,66	0,12	2,28	13,55
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	5,08
3.	269/331	Биточки рубленые с томат. соусом	120	13,81	13,81	13,81	13,81	60,35
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	14,38
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	98	2,72	0,52	14,2	3,28
		Итого	820	630,91	29,55	24,96	120,4	108,43

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 9

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	23,75
2.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,51
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	12,25
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	5,07
		Итого :	305	628,26	15,47	16,55	103,2	42,58

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Огурцы свежие порциями.	60	8,4	0,48	0,6	1,56	11,75
2.	82	Борщ с капустой, карт. со сметаной	205	90,04	1,57	4,87	10,71	11,69
3.	294/331	Котлеты из птицы рублен.с томат.	100	110,05	9,79	10,39	10,8	24,37
4.	304	Рис отварной	150	194,57	3,68	5,48	35,86	14,89
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,87
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	98	2,72	0,52	14,2	3,28
		Итого	755	627,11	18,81	21,86	105,3	70,85

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День10

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	14	Масло сл. порциями	10	74,8	0,05	8,25	0,08	12,03
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155	218,12	6,33	7,15	31,86	14,34
3.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,79
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	405	421,12	9,96	15,82	59,96	38,21

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	60	53,91	0,81	3,65	4,72	7,24
2.	111	Суп с макаронными изделиями	200	94,41	1,83	4,1	12,53	5,09
3.	234/330	Котлеты рыбные со сметан. соусом	100	118,76	7,21	5	10,92	21,73
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	24,41
5.	376	Чай с сахаром.	200\15	56,85	0,1	0,03	14,99	1,51
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,28
		Итого	600	619,9	17,02	24,18	83,64	63,25

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 11

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	1	Бутерброд с маслом сливочным	40	146,2	2,33	8,49	14,66	15,07
2.	174	Каша молочная рисовая с маслом.	150/5	233,83	9,7	9,22	27,69	16,66
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	280	618,23	18,86	21,23	87,6	49,20

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	43	Салат из белокачанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	6,58
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	7,40
3.	280/331	Фрикадельки мясные в томатном с	100	161,44	8,37	9,52	11,52	40,26
4.	303	Каша пшеничная вязкая	200	213,71	5,65	6,08	33,51	10,67
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,89
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	800	721,42	19,9	22,99	89,9	80,08

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 12

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	23,75
2.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	12,02
3.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	240	537,21	15,35	14,56	80,96	39,83

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Салат из свежих помидоров и огур	60	43,3	0,58	3,86	1,89	12,70
2.	103	Суп картофельный с макаронными	200	97,56	2,25	2,23	16,73	5,09
3.	290/331	Птица тушеная в томатном соусе	100	113,6	14,42	19,99	2,95	25,92
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая с мас	200	343,82	11,18	8,14	55,02	13,07
5.	342	Компот из св.яблок	200	108,96	0,16	0,16	27,87	8,39
6.		Хлеб дарницкий	40	98	2,72	0,52	16,28	3,28
		Итого	800	805,24	31,31	34,9	120,7	68,44

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п _____/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____

название учреждения

_____ /

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"

Иванова О.Н.

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 13

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	15	Сыр порциями	25	90	5,75	5,97		23,80
2.	173	Каша молоч.пшениная с маслом	155	218,12	6,33	7,15	31,86	14,34
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	12,02
5		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	400	502,02	16,72	15,79	66,27	52,19

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	45	Салат из белокочанной капусты.	60	51,64	0,89	3,05	5,39	6,58
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	5,08
3.	269/331	Котлеты рубленые с томат. соусом	100	172,94	8,34	10,46	11,9	42,58
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.		Чай с фруктовым соком	200	33	0,54	0,1	8,58	7,79
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	800	736,7	24,17	24,48	84,66	77,10

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п _____ /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 14

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	173	Каша молочная из овсяных хлопьев.	210	280,9	7,63	13,34	32,51	22,97
2.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	12,25
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.		Итого	505	675,8	16,84	21,25	104,9	52,70

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	67	Салат из свежих помидоров и огур	60	43,3	0,58	3,86	1,89	12,70
2.	82	Борщ с капустой картоф. со сметан	205	90,04	1,57	4,87	10,71	11,69
3.	279/331	Тефтели рубленные с томат. соус	110	139,1	7,47	8,37	8,05	31,02
4.	302	Каша гречневая рассыпчатая	200	359,91	11,66	8,7	57,26	13,07
5.	349	Компот из смеси сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,87
6.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	815	856,4	24,97	26,16	110,1	76,62

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п /Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 15

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	14	Масло сливочное порц.	10	74,8	0,05	8,25	0,08	12,03
2.	223	Запеканка творожная с молоком сг	150	367,83	22,26	16,79	31,71	56,78
3.	377	Чай с лимоном	200	59,16	0,16	0,03	15,2	3,81
5		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
		Итого	400	596,99	25,51	25,39	66,43	76,68

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена, руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	52	Салат из моркови с изюмом.	60	53,91	0,81	3,65	4,72	8,06
2.	103	Суп картофельный с макарон.изд.	200	97,56	2,25	2,23	16,73	5,09
3.	227/330	Рыба припущ. со сметан. соусом	100	65,76	9,29	1,78	3,29	29,52
4.	312	Пюре картофельное	200	220,37	4,15	10,88	26,28	24,41
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,89
7.		Хлеб дарницкий	40	98	3,12	0,36		3,28
		Итого	800	644,43	19,98	18,9	79,08	82,25

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 16

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	23,07
2.	175	Каша из риса и пшена с маслом	210	259,24	5,97	11,4	33,09	23,32
3.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,51
4.		Хлеб пшеничный	40	95,2	3,04	0,32	19,44	4,05
5.		Итого	500	574,09	14,87	19,7	82,14	51,95

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	ыход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Огурцы свежие порциями.	60	8,4	0,48	0,6	1,56	11,75
2.	88	Щи из св, капусты с карт.со смет.	205	79,76	1,5	4,94	6,49	10,21
3.	269/331	Биточки рубл, с томат. соусом	120	198,72	11,46	11,45	13,81	60,35
5.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
6.	348	Компот из чернослива	200	92,81	0,34		23,65	16,70
		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,28
		Итого	825	717,78	23,87	23,75	102,9	114,09

Старший повар _____/_____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____
название учреждения

_____/_____
Ф.И.О.
Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"
Иванова О.Н. Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 18

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	23,75
3.	379	Кофейный напиток с молоком	200	146,3	3,12	2,51	24,69	12,02
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	5,07
		Итого	500	561,01	16,11	14,64	85,82	40,84

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	45	Салат из белокочанной капусты	60	51,64	0,89	3,05	5,39	6,58
2.	98	Суп крестьян.с крупой со смет.	200	87,8	1,51	3,98	11,42	7,40
3.	280/331	Фрикадельки мясн. с томат. соусом	105	161,44	8,37	9,52	11,52	43,22
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.	348	Компот из изюма	200	108,83	0,36		28,06	11,89
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	75,6	2,92	0,52	14,2	3,28
		Итого	805	747,8	21,22	23,31	113,8	84,16

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____

название учреждения

_____ /

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"

Иванова О.И.

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 20

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	3	Бутерброд с сыром	50	162,8	5,76	7,95	14,62	23,07
2.	174	Каша молоч.рисовая с маслом	155	191,33	4,41	6,31	28,85	16,66
3.	382	Какао с молоком	200	143	3,79	3,2	25,81	13,42
4.		Хлеб пшеничный	20	47,6	1,52	0,16	9,72	2,03
		Итого	425	544,73	15,48	17,62	79	55,17

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Помидоры свежие	60	13,8	0,66	0,12	2,28	13,55
2.	102	Суп картофельный с горохом	200	118,63	4,11	4,27	15,6	5,08
3.	269/331	Биточки рубленые с томат. соусом	120	13,81	13,81	13,81	13,81	60,35
4.	309	Макароны отварные	200	262,49	7,17	6,24	43,19	11,78
5.	348	Компот из кураги	200	124,18	1,08		31,33	14,38
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	98	2,72	0,52	14,2	3,28
		Итого	820	630,91	29,55	24,96	120,4	108,43

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В

Согласовано:

Директор _____

название учреждения

Ф.И.О.

Дата: _____ г.

Утверждаю:

Генеральный директор ООО "Общепит Аликовского райпо"

Иванов

Дата: _____ г.



21 дневное меню для пришкольного лагеря

День 21

Завтрак

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	182	Каша полбяная молочная с маслом	210	295,71	9,19	11,73	36,83	23,75
2.	376	Чай с сахаром	200	56,85	0,1	0,03	14,99	1,51
3.	2	Бутерброд с повидлом	55	156,7	2,38	4,39	27,11	12,25
4.		Хлеб пшеничный	50	119	3,8	0,4	24,3	5,07
		Итого :	305	628,26	15,47	16,55	103,2	42,58

Обед

№ п/п	№ по СР	Наименование блюда	выход (г)	Пищевая ценность				Цена,руб
				Ккал	Белки	Жиры	Углев	
1.	71	Огурцы свежие порциями.	60	8,4	0,48	0,6	1,56	11,75
2.	82	Борщ с капустой, карт. со сметаной	205	90,04	1,57	4,87	10,71	11,69
3.	294/331	Котлеты из птицы рублен.с томат.	100	110,05	9,79	10,39	10,8	24,37
4.	304	Рис отварной	150	194,57	3,68	5,48	35,86	14,89
5.	349	Компот из сухофруктов	200	126,05	0,57		32,21	4,87
6.		Хлеб ржано-пшеничный	40	98	2,72	0,52	14,2	3,28
		Итого	755	627,11	18,81	21,86	105,3	70,85

Старший повар _____ / _____

Бухгалтер о/п

/Виноградова Л.В