

**Меню по организации питания в Муниципальном общеобразовательном учреждении
"СОШ №36" ЛАГЕРЬ ДОСУГА И ОТДЫХА УЧАЩИХСЯ 1-ОЙ СТЕПЕНИ**

Составлено исходя из 2 разового питания
Меню повторяется каждые 18 рабочих дней
Количество учащихся - 70 человек

День 15

| № раскладки | Наименование блюда | | | | | Выход |
|--------------------|--------------------|---------|--------|------------|----------------|-------|
| Перечень продуктов | Нетто, г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийн.,ккал | |

ЗАВТРАК

| №297/2001 | ОЛАДЫ С ЯБЛОКАМИ, СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ | | | | 150/30 | |
|--------------------|--|--------|-------|-------|--------|--------|
| МУКА ПШЕНИЧНАЯ | 59,00 | 6,37 | 0,77 | 41,24 | 197,36 | |
| ЯБЛОКИ | 20,00 | 0,08 | 0,08 | 1,96 | 8,88 | |
| ЯЙЦО | 10,00 | 1,27 | 1,15 | 0,07 | 15,71 | |
| МОЛОКО | 67,00 | 1,88 | 1,68 | 3,17 | 35,26 | |
| САХАРНЫЙ ПЕСОК | 4,00 | | | 3,99 | 15,97 | |
| ДРОЖЖИ | 3,00 | 0,38 | 0,08 | 0,26 | 3,27 | |
| МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ | 7,56 | | 7,55 | | 67,97 | |
| СОЛЬ | 0,80 | | | | | |
| МОЛОКО СГУЩЕННОЕ | 30,00 | 2,16 | 2,55 | 16,80 | 98,79 | |
| Итого по блюду: | | 201,36 | 12,14 | 13,86 | 67,49 | 443,21 |

| | | | | | |
|------------------------|---------------|--------|--|-------|--------|
| 628/94 | ЧАЙ С САХАРОМ | | | | 200/15 |
| ВОДА | 150,00 | | | | |
| САХАРНЫЙ ПЕСОК | 15,00 | | | 14,97 | 59,88 |
| ВОДА | 54,00 | | | | |
| ЧАЙ "ЛИПТОН" 1/250 | 1,00 | | | | |
| Итого по блюду: | | 220,00 | | 14,97 | 59,88 |

| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 1кус./30г | |
|----------------------|-------------|------|------|-------|-----------|--|
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 30,00 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | |
| Итого по блюду: | 30,00 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 | |

| | | | | | | |
|-----------------|-----------------|--------|------|-------|-------|-------|
| | АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ | | | | 1шт. | |
| АПЕЛЬСИНЫ | 180,00 | 1,62 | 0,36 | 14,58 | 68,04 | |
| Итого по блюду: | | 180,00 | 1,62 | 0,36 | 14,58 | 68,04 |

ЗАВТРАК, итого: 16,10 14,64 108,23 629,03

ЗАВТРАК, сумма: 55,40

ОБЕД.

| | | | | | | |
|--------------------------|--|--------|------|-------|----------|--------|
| 40/2001/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 250/17,5 | |
| ВОДА | 2,00 | | | | | |
| ГОВЯДИНА П/Ф | 20,00 | 3,72 | 3,20 | | | 43,68 |
| КАРТОФЕЛЬ П/Ф | 100,00 | 2,00 | 0,40 | 16,30 | | 76,80 |
| ЛУК РЕПКА | 1,75 | 0,02 | | 0,14 | | 0,70 |
| ЛУК РЕПКА | 5,00 | 0,07 | 0,01 | 0,41 | | 2,01 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 2,50 | 0,01 | 2,06 | 0,02 | | 18,69 |
| МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/ | 10,00 | 0,13 | 0,01 | 0,69 | | 3,37 |
| СОЛЬ | 2,50 | | | | | |
| ЯЙЦО | 1,75 | 0,22 | 0,20 | 0,01 | | 2,75 |
| Итого по блюду: | | 145,50 | 6,17 | 5,88 | 17,57 | 148,00 |

| № раскладки | Наименование блюда | | | | Выход | |
|-------------------------------|--------------------------------------|----------|---------|--------|-------------|----------------|
| Перечень продуктов | | Нетто, г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | Калорийн.,ккал |
| 302/94 | КЕТА, СТЕЙК ОТВАРНАЯ | | | | 100 | |
| ЛУК РЕПКА | | 2,00 | 0,03 | | 0,16 | 0,80 |
| МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/ | | 2,00 | 0,03 | | 0,14 | 0,67 |
| СОЛЬ | | 1,60 | | | | |
| КЕТА С/М ПОТРОШЕНАЯ | | 125,00 | 23,75 | 7,00 | | 158,00 |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 130,60 | 23,81 | 7,00 | 0,30 | 159,47 |
| 472/94 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА МОЛОКЕ С МАСЛОМ | | | | 150 | |
| КАРТОФЕЛЬ П/Ф | | 128,25 | 2,57 | 0,51 | 20,90 | 98,50 |
| МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | | 5,25 | 0,03 | 4,33 | 0,04 | 39,25 |
| МОЛОКО | | 22,50 | 0,63 | 0,56 | 1,06 | 11,84 |
| СОЛЬ | | 1,50 | | | | |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 157,50 | 3,23 | 5,40 | 22,00 | 149,59 |
| | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | | | | 60 | |
| ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ | | 60,00 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 60,00 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 12,84 |
| 646/94 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ | | | | 200 | |
| ВОДА | | 214,00 | | | | |
| ЛИМОНЫ | | 16,00 | 0,14 | 0,02 | 0,48 | 2,64 |
| САХАРНЫЙ ПЕСОК | | 24,00 | | | 23,95 | 95,81 |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 254,00 | 0,14 | 0,02 | 24,43 | 98,45 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1 КУС. | | | | 1кус./ 30г. | |
| ХЛЕБ | | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 30,00 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,32 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 1кус./30г | |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | | 30,00 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 |
| <u>Итого по блюду:</u> | | 30,00 | 2,34 | 0,42 | 11,19 | 57,90 |
| <u>ОБЕД., итого:</u> | | | 38,63 | 19,08 | 92,53 | 696,57 |
| <u>ОБЕД., сумма:</u> | | 90,00 | | | | |
| <u>Итого за день:</u> | | | 54,73 | 33,72 | 200,76 | 1325,60 |
| <u>Сумма за день:</u> | | 145,40 | | | | |