

**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 12

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

ЗАВТРАК

№344/2001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ					10/30
-----------	--------------------	--	--	--	--	-------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10,00	0,05	8,25	0,08	74,77	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,28	0,24	14,76	70,32	
Итого по блюду:	40,00	2,33	8,49	14,84	145,09	

93/2001	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ					200/5
---------	------------------------	--	--	--	--	-------

ВОДА	70,00					
КРУПА ПШЕННАЯ	11,00	1,26	0,36	7,32	37,59	
КРУПА РИС	15,00	1,05	0,15	11,10	49,95	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,00	0,03	4,13	0,04	37,39	
МОЛОКО	102,00	2,86	2,55	4,82	53,67	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	5,00			4,99	19,96	
Итого по блюду:	208,00	5,20	7,19	28,27	198,56	

№269/2001	ЧАЙ С МОЛОКОМ					200
-----------	---------------	--	--	--	--	-----

ВОДА	67,00					
МОЛОКО ЦЕЛЬНОЕ	80,00	2,24	2,00	3,78	42,10	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	13,00			12,97	51,90	
ВОДА	43,20					
ЧАЙ "ЛИПТОН" 1/250	0,80					
Итого по блюду:	204,00	2,24	2,00	16,75	94,00	

	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ					1шт
--	---------------	--	--	--	--	-----

ЯБЛОКИ	180,00	0,72	0,72	17,64	79,92	
Итого по блюду:	180,00	0,72	0,72	17,64	79,92	

ЗАВТРАК, итого: 10,49 18,40 77,50 517,57

ЗАВТРАК, сумма: 55,40

ОБЕД.

159/97	СУП "БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ" СО СМЕТАНОЙ					250/5
--------	---	--	--	--	--	-------

КАРТОФЕЛЬ П/Ф	25,00	0,50	0,10	4,08	19,20	
СВЕКЛА С 1 ЯНВАРЯ /25%/	40,00	0,60	0,04	3,52	16,84	
ЛУК РЕПКА	10,00	0,14	0,02	0,82	4,02	
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	12,50	0,16	0,01	0,86	4,21	
ФАСОЛЬ	10,00	2,10	0,20	4,70	29,00	
СОЛЬ	1,00					
ТОМАТНАЯ ПАСТА	3,00	0,14		0,57	2,86	
УКСУС 9%	1,32					
ЧЕСНОК	0,75	0,05		0,22	1,13	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	1,50			1,50	5,99	
ВОДА	200,00					

№ раскладки	Наименование блюда				Выход
Перечень продуктов	Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01				
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,00		5,00		44,96
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	0,01				
СМЕТАНА	5,00	0,13	0,75	0,18	7,99
ЗЕЛЕНЬ	1,00	0,03	0,01	0,06	0,40
<u>Итого по блюду:</u>	316,09	3,85	6,13	16,51	136,60
430/94	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ, С МАСЛОМ			200/5	
ГОВЯДИНА п/ф	65,02	12,09	10,40		142,00
ЛУК РЕПКА	14,76	0,21	0,03	1,21	5,93
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,13		2,13		19,15
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	3,28		3,28		29,49
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,00	0,03	4,13	0,04	37,39
СОЛЬ	1,60				
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	4,10	0,31	0,03	2,02	9,61
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ п/ф	184,50	3,69	0,74	29,15	138,38
<u>Итого по блюду:</u>	280,39	16,33	20,74	32,42	381,95
	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
261/2001	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА			200	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	15,00			14,97	59,88
ШИПОВНИК	20,00	0,68	0,28	9,66	43,88
ВОДА ДЛЯ ВИТАМИНИЗИРОВАННОГО	230,00				
<u>Итого по блюду:</u>	265,00	0,68	0,28	24,63	103,76
	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>		26,14	27,93	101,79	763,37
<u>ОБЕД., сумма:</u>	90,00				
<u>Итого за день:</u>		36,63	46,33	179,29	1280,94
<u>Сумма за день:</u>	145,40				