

**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 10

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

ЗАВТРАК

№341/2001	БУТЕРБРОД С СЫРОМ					30/30
-----------	-------------------	--	--	--	--	-------

СЫР	30,00	7,68	7,83			101,19
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,28	0,24	14,76		70,32
Итого по блюду:		60,00	9,96	8,07	14,76	171,51

262/94	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ.					200/5
--------	---------------------------------------	--	--	--	--	-------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,00	0,03	4,13	0,04		37,39
ВОДА	70,40					
КРУПА МАННАЯ	30,80	3,17	0,31	21,74		102,44
МОЛОКО	105,60	2,96	2,64	4,99		55,57
САХАРНЫЙ ПЕСОК	4,00			3,99		15,97
СОЛЬ	1,00					
Итого по блюду:		216,80	6,16	7,08	30,76	211,37

№259/2001 ч.2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ Б/Р					200
---------------	--------------------------------	--	--	--	--	-----

ВОДА	170,00					
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,50	0,17		3,10		13,06
МОЛОКО	50,00	1,40	1,25	2,36		26,31
САХАРНЫЙ ПЕСОК	15,00			14,97		59,88
Итого по блюду:		238,50	1,57	1,25	20,43	99,25

	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

	БАНАН СВЕЖИЙ					1ШТ
--	--------------	--	--	--	--	-----

БАНАНЫ	220,00	3,30	1,10	46,20		207,90
Итого по блюду:		220,00	3,30	1,10	46,20	207,90

ЗАВТРАК, итого: 23,33 17,92 123,34 747,93

ЗАВТРАК, сумма: 55,40

ОБЕД.

138/94	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ					250
--------	----------------------------	--	--	--	--	-----

ВОДА	175,00					
КРУПА ГОРОХ КОЛОТЫЙ	20,00	4,10	0,40	9,90		59,60
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01					
ЛУК РЕПКА	10,00	0,14	0,02	0,82		4,02
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	5,00		5,00			44,96
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	10,00	0,13	0,01	0,69		3,37
СОЛЬ	0,90					
КАРТОФЕЛЬ П/Ф	50,00	1,00	0,20	8,15		38,40

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов		Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал
<u>Итого по блюду:</u>		270,91	5,37	5,63	19,56	150,35
№187 П2008	КНЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ 100Г				100	
ГОВЯДИНА П/Ф		80,00	14,88	12,80		174,72
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		2,86		2,86		25,71
МОЛОКО		41,43	1,16	1,04	1,96	21,80
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ		0,03				
СОЛЬ		1,60				
ЯЙЦО		5,71	0,73	0,66	0,04	8,97
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		8,57	0,65	0,07	4,22	20,09
<u>Итого по блюду:</u>		140,20	17,42	17,43	6,22	251,29
215/94	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 180Г *				180	
КАПУСТА СВЕЖАЯ		36,00	0,65	0,04	1,69	9,68
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ		0,01				
ЛУК РЕПКА		14,40	0,20	0,03	1,18	5,79
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ		7,20		7,19		64,74
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		3,60	0,02	2,97	0,03	26,92
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/		58,32	0,76	0,06	4,02	19,65
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ		0,02				
СОЛЬ		1,20				
ЧЕСНОК		1,80	0,12	0,01	0,54	2,70
КАРТОФЕЛЬ П/Ф		57,60	1,15	0,23	9,39	44,24
ЗЕЛЕНЬ		2,00	0,05	0,01	0,13	0,79
ВОДА		29,70				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ		1,35	0,15	0,02	0,94	4,52
СМЕТАНА		27,00	0,70	4,05	0,97	43,15
СОЛЬ		0,54				
<u>Итого по блюду:</u>		240,74	3,80	14,61	18,89	222,18
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50Г				50	
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ		50,00	0,35	0,05	0,95	5,65
<u>Итого по блюду:</u>		50,00	0,35	0,05	0,95	5,65
№707/2009шк.	СОК				200	
СОК "КРАСАВЧИК" 1Л		200,00	1,00	0,20	22,00	93,80
<u>Итого по блюду:</u>		200,00	1,00	0,20	22,00	93,80
	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>			32,56	38,58	93,57	851,49
<u>ОБЕД., сумма:</u>		90,00				
<u>Итого за день:</u>			55,89	56,50	216,91	1599,42
<u>Сумма за день:</u>		145,40				