

**Меню по организации питания в Муниципальном общеобразовательном учреждении  
"СОШ №36" ЛАГЕРЬ ДОСУГА И ОТДЫХА УЧАЩИХСЯ 2-ОЙ СТЕПЕНИ**

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

**День 14**

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

**ЗАВТРАК**

№11/Москва	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ					100
------------	----------------------------	--	--	--	--	-----

МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	96,00	1,25	0,10	6,62	32,35	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	5,00			4,99	19,96	

**Итого по блюду:** 101,00 1,25 0,10 11,61 52,31

257/94	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С МАСЛОМ 250/10					250/10
--------	--	--	--	--	--	--------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10,00	0,05	8,25	0,08	74,77	
ВОДА	80,00					
КРУПА ПШЕННАЯ	62,50	7,19	2,06	41,56	213,56	
МОЛОКО	120,00	3,36	3,00	5,68	63,14	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	5,00			4,99	19,96	
СОЛЬ	1,25					

**Итого по блюду:** 278,75 10,60 13,31 52,31 371,43

№365/П 2008	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИОННО)					15г
-------------	-----------------------------	--	--	--	--	-----

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ В ПАЧКАХ 1/180г	15,00	0,08	12,38	0,12	112,16	
---------------------------------	-------	------	-------	------	--------	--

**Итого по блюду:** 15,00 0,08 12,38 0,12 112,16

№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

	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

	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г					1кус./ 40г.
--	----------------------	--	--	--	--	-------------

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40,00	3,04	0,32	19,68	93,76	
----------------	-------	------	------	-------	-------	--

**Итого по блюду:** 40,00 3,04 0,32 19,68 93,76

**ЗАВТРАК, итого:** 19,55 28,53 111,66 781,56

**ЗАВТРАК, сумма:** 55,40

**ОБЕД.**

15/2001	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С Р/М					100
---------	-------------------------------	--	--	--	--	-----

МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	10,00		9,99		89,91	
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	91,00	0,64	0,09	1,73	10,28	
СОЛЬ	1,00					
ЗЕЛЕНЬ	2,00	0,05	0,01	0,13	0,79	

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов	Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	104,00	0,69	10,09	1,86	100,98	
<b>132/94</b>	<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ</b>				<b>250/5</b>	
КАРТОФЕЛЬ П/Ф	50,00	1,00	0,20	8,15	38,40	
КАПУСТА СВЕЖАЯ	20,00	0,36	0,02	0,94	5,38	
ЛУК РЕПКА	10,00	0,14	0,02	0,82	4,02	
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	10,00	0,13	0,01	0,69	3,37	
ЗЕЛЕНЬНЫЙ ГОРОШЕК	7,50	0,23	0,02	0,49	3,01	
ВОДА	187,50					
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,20		4,20		37,76	
СОЛЬ	1,00					
ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01					
СМЕТАНА	5,00	0,13	0,75	0,18	7,99	
ЗЕЛЕНЬ	1,00	0,03	0,01	0,06	0,40	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	296,21	2,02	5,23	11,33	100,33	
<b>460/94</b>	<b>ШНИЦЕЛЬ ИЗ КУРИЦЫ</b>				<b>100</b>	
ВОДА	26,00					
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,20		4,20		37,76	
МЯСО ПТИЦЫ 1К	77,00	14,40	12,40		169,17	
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	0,50					
СОЛЬ	1,60					
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	10,00	0,76	0,08	4,92	23,44	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18,00	1,37	0,14	8,86	42,19	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	137,30	16,53	16,82	13,78	272,56	
<b>469/94</b>	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 180Г</b>				<b>180</b>	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	6,30	0,03	5,20	0,05	47,11	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ	61,11	6,72	0,79	43,08	206,37	
СОЛЬ	3,84					
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	71,25	6,75	5,99	43,13	253,48	
<b>№707/2009шк.</b>	<b>СОК</b>				<b>200</b>	
СОК "КРАСАВЧИК" 1Л	200,00	1,00	0,20	22,00	93,80	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	200,00	1,00	0,20	22,00	93,80	
<b>701</b>	<b>СОСИСКА ЗАПЕЧЕННАЯ В ТЕСТЕ</b>				<b>100Г</b>	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	1,00		1,00		8,99	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,74	0,19	0,02	1,22	5,82	
СОСИСКИ	50,00	5,50	11,95	0,20	130,35	
ЯЙЦО	3,00	0,38	0,35	0,02	4,71	
ВОДА	16,82					
ДРОЖЖИ	1,16	0,15	0,03	0,10	1,27	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,32		2,32		20,86	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	32,77	3,54	0,43	22,91	109,62	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	3,48			3,47	13,89	
СОЛЬ	0,58					
УЛУТШИТЕЛЬ ТЕСТА	0,24					
ЯЙЦО	2,32	0,29	0,27	0,02	3,64	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	115,43	10,05	16,37	27,94	299,15	
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>				<b>1кус./30г</b>	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,34	0,42	11,19	57,90	

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов	Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	30,00	2,34	0,42	11,19	57,90	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г				1кус./ 40г.	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40,00	3,04	0,32	19,68	93,76	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	40,00	3,04	0,32	19,68	93,76	
<b><u>ОБЕД., итого:</u></b>		42,42	55,44	150,91	1271,96	
<b><u>ОБЕД., сумма:</u></b>	90,00					
<b><u>Итого за день:</u></b>		61,97	83,97	262,57	2053,52	
<b><u>Сумма за день:</u></b>	145,40					