

**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 16**

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

**ЗАВТРАК**

№342/2001	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ					30/10/30
-----------	----------------------------	--	--	--	--	----------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	10,00	0,05	8,25	0,08	74,77	
СЫР	30,00	7,68	7,83		101,19	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,28	0,24	14,76	70,32	
<b>Итого по блюду:</b>	70,00	10,01	16,32	14,84	246,28	

297/94	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.					150/30
--------	--	--	--	--	--	--------

КРУПА МАННАЯ	10,00	1,03	0,10	7,06	33,26	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,00	0,03	4,13	0,04	37,39	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30,00	2,16	2,55	16,80	98,79	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	10,00			9,98	39,92	
СУХАРИ ПАНИРОВАЧНЫЕ	5,00	0,38	0,04	2,46	11,72	
ТВОРОГ	140,00	30,80	0,84	4,62	149,24	
ЯЙЦО	4,00	0,51	0,46	0,03	6,28	
<b>Итого по блюду:</b>	204,00	34,91	8,12	40,99	376,60	

№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	
<b>Итого по блюду:</b>	238,50	1,57	1,25	20,43	99,25	

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

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

**ЗАВТРАК, итого:** 49,79 26,79 122,46 930,03

**ЗАВТРАК, сумма:** 55,40

**ОБЕД.**

120/94	СУП "ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ПОМИДОРАМИ"					250/5
--------	---	--	--	--	--	-------

ВОДА	200,00					
КАПУСТА СВЕЖАЯ	40,00	0,72	0,04	1,88	10,76	
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	
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	0,01					
ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	10,00	0,11	0,02	0,38	2,14	
СМЕТАНА	5,00	0,13	0,75	0,18	7,99	
СОЛЬ	1,00					

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов	Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал	
КАРТОФЕЛЬ п/ф	20,00	0,40	0,08	3,26	15,36	
ЗЕЛЕНЬ	1,00	0,03	0,01	0,06	0,40	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>		302,02	1,66	5,93	7,27	89,00
<b>182/2000</b>	<b>ЕЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ.</b>				<b>100/50</b>	
ВОДА	10,00					
ГОВЯДИНА п/ф	62,86	11,69	10,06		137,29	
КРУПА РИС	8,57	0,60	0,09	6,34	28,54	
ЛУК РЕПКА	30,00	0,42	0,06	2,46	12,06	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	4,86		4,86		43,70	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	7,14		7,13		64,20	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	7,14	0,77	0,09	4,99	23,88	
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	0,02					
СОЛЬ	1,60					
ВОДА	27,50					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,25	0,14	0,02	0,87	4,18	
СМЕТАНА	25,00	0,65	3,75	0,90	39,95	
СОЛЬ	0,50					
<b><u>Итого по блюду:</u></b>		186,44	14,27	26,06	15,56	353,80
<b>463/94</b>	<b>КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ ГАРНИРНАЯ</b>				<b>150</b>	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,25	0,03	4,33	0,04	39,25	
ВОДА	103,31					
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	69,26	8,73	2,29	39,55	213,67	
СОЛЬ	0,73					
<b><u>Итого по блюду:</u></b>		178,55	8,76	6,62	39,59	252,92
	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50Г</b>				<b>50</b>	
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	50,00	0,35	0,05	0,95	5,65	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>		50,00	0,35	0,05	0,95	5,65
<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>687/94</b>	<b>ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ С ЯЙЦОМ</b>				<b>75</b>	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	0,30		0,30		2,70	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	1,80	0,19	0,02	1,26	6,02	
ЯЙЦО	1,50	0,19	0,17	0,01	2,36	
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	
КАПУСТА СВЕЖАЯ	30,00	0,54	0,03	1,41	8,07	
МАРГАРИН	0,75		0,62	0,01	5,57	
МАРГАРИН	1,75	0,01	1,44	0,02	13,01	
ПЕРЕЦ ЧЕРНЫЙ МОЛОТЫЙ	0,01					
СОЛЬ	0,25					
ЯЙЦО	2,50	0,32	0,29	0,02	3,93	

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов	Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	98,55	5,23	5,92	29,23	190,94	
	<b>ХЛЕБ РЖАНОЙ</b>				<b>1кус./30г</b>	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,34	0,42	11,19	57,90	
<b><u>Итого по блюду:</u></b>	30,00	2,34	0,42	11,19	57,90	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г</b>				<b>1кус./ 40г.</b>	
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>		36,65	45,52	145,47	1137,77	
<b><u>ОБЕД., сумма:</u></b>	90,00					
<b><u>Итого за день:</u></b>		86,44	72,31	267,93	2067,80	
<b><u>Сумма за день:</u></b>	145,40					