

**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 8

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

ЗАВТРАК

№344/2001	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 15/30					15/30
-----------	--------------------------	--	--	--	--	-------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	15,00	0,08	12,38	0,12	112,16	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30,00	2,28	0,24	14,76	70,32	
Итого по блюду:	45,00	2,36	12,62	14,88	182,48	

294/94	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ.					150/30
--------	--	--	--	--	--	--------

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	5,00	0,03	4,13	0,04	37,39	
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	30,00	2,16	2,55	16,80	98,79	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	20,00	2,16	0,26	13,98	66,90	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	15,00			14,97	59,88	
ТВОРОГ	135,00	29,70	0,81	4,46	143,91	
ЯЙЦО	5,00	0,64	0,58	0,04	7,86	
Итого по блюду:	210,00	34,69	8,33	50,29	414,73	

№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	

ЗАВТРАК, итого: 39,29 22,95 81,92 691,21

ЗАВТРАК, сумма: 55,40

ОБЕД.

4/2001	САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ Р/М					100
--------	--	--	--	--	--	-----

ВОДА	5,00					
КАПУСТА СВЕЖАЯ	84,00	1,51	0,08	3,95	22,60	
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,10					
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	10,00		9,99		89,91	
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	10,00	0,13	0,01	0,69	3,37	
САХАРНЫЙ ПЕСОК	5,00			4,99	19,96	
СОЛЬ	1,00					
ЗЕЛЕНЬ	2,00	0,05	0,01	0,13	0,79	
Итого по блюду:	117,10	1,69	10,09	9,76	136,63	

151/94	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ С КУРОЙ					250/12,5
--------	----------------------------	--	--	--	--	----------

ВОДА	237,50					
ЛУК РЕПКА	10,00	0,14	0,02	0,82	4,02	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	2,00		2,00		17,98	
МОРКОВЬ С 1 ЯНВАРЯ /25%/	10,00	0,13	0,01	0,69	3,37	

№ раскладки	Наименование блюда				Выход	
Перечень продуктов		Нетто, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Калорийн.,ккал
МЯСО ПТИЦЫ	1К	16,00	2,99	2,58		35,15
СОЛЬ		1,00				
ЗЕЛЕНЬ		1,00	0,03	0,01	0,06	0,40
ВОДА		3,50				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ		1,20	0,13	0,02	0,84	4,01
МУКА ПШЕНИЧНАЯ		17,50	1,89	0,23	12,23	58,54
СОЛЬ		0,50				
ЯЙЦО		5,00	0,64	0,58	0,04	7,86
<u>Итого по блюду:</u>		305,20	5,95	5,45	14,68	131,33
439/94	БЕДРО КУРИНОЕ ОТВАРНОЕ 100Г				100	
ЛУК РЕПКА		2,67	0,04	0,01	0,22	1,07
СОЛЬ		2,50				
БЕДРО КУРИННОЕ		138,93	25,29	25,56	0,97	335,10
<u>Итого по блюду:</u>		144,10	25,33	25,57	1,19	336,17
463/94	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ ГАРНИРНАЯ 180Г				180	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ		6,30	0,03	5,20	0,05	47,11
ВОДА		123,97				
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ		83,11	10,47	2,74	47,46	256,39
СОЛЬ		0,87				
<u>Итого по блюду:</u>		214,25	10,50	7,94	47,51	303,50
№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 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
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 1/40Г				1кус./ 40г.	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		40,00	3,04	0,32	19,68	93,76
<u>Итого по блюду:</u>		40,00	3,04	0,32	19,68	93,76
<u>ОБЕД., итого:</u>			49,85	49,99	126,01	1153,09
<u>ОБЕД., сумма:</u>		90,00				
<u>Итого за день:</u>			89,14	72,94	207,93	1844,30
<u>Сумма за день:</u>		145,40				