



Меню на 01.06.2023
пришкольный лагерь

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	белки	жиры	углеводы	Ккал
завтрак	пром.произ-во	14	Масло сливочное	10,00	9,39	0,10	7,25	0,14	66,20
	пром.произ-во	15	Сыр Российский	23,00	22,92	2,30	2,90	0,00	36,20
	горячее блюдо	384	Каша вязкая молочная манная	220,00	31,38	7,81	2,40	57,90	281,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	2,17	3,21	14,00	13,10	82,20
	сладкое блюдо		Булочка Ванильная	100,00	13,89	7,52	6,95	57,80	324,00
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	140,00	14,11	0,52	0,52	11,44	61,10
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200,00	15,52	3,35	2,60	26,40	133,40
			Итого завтрак	723,00	109,38	24,81	36,62	166,78	984,10
обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60,00	10,82	0,66	0,10	2,28	14,40
	1блюдо	103	Суп картофельный с макаронными изделиями	250,00	7,22	2,95	5,20	19,40	137,00
	2блюдо	294	Биточки из птицы 100/5	105,00	38,76	11,70	9,20	11,70	176,00
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180,00	14,55	10,3	7,29	46,3	292
	хлеб		Хлеб пшеничный	30,00	2,17	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30,00	2,49	1,12	0,22	9,88	46,40
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	140,00	14,11	0,52	0,52	11,44	61,10
	слад блюдо		Сок фруктовый в инд.упаковке	200,00	19,50	0,00	0,00	19,00	80,00
			Итого обед	995,00	109,62	30,46	36,53	133,1	889,1
			Итого за день	1718,00	219,00	55,27	73,15	299,88	1873,20

- * Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр
- * Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей
- ** Сборник рецептов и кулинарных изделий под ред.Здобного А.И. 2017

Зав.производства _____ Порожникова Л.Д.

Начальник лагеря _____



Меню на 02.06.2023

пришкольный лагерь

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход, г	Цена	белки	жиры	углеводы	Ккал
завтрак	пром.произ-во	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,39	0,10	7,20	0,10	66,20
		15	Сыр Российский	20	20,98	2,30	2,90	0,00	36,20
	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная рисовая 200/10/10	220	28,92	6,72	4,60	48,50	240,00
			Хлеб пшеничный	30	2,17	3,21	14,00	13,10	82,20
			Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40
	гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,50	0,44	0,00	13,98	57,50
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (банан)	250	56,00	3,30	1,10	16,20	211,20
			Итого завтрак	772	122,62	17,19	30,02	101,76	739,70
обед	закуска	70	Овощи солёные (огурец)	60	13,33	0,48	0,06	1,02	7,80
	1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	7,02	5,25	5,27	23,30	162,00
	2-е блюдо	291	Плов из птицы 80/160	240	58,01	15,40	17,80	26,00	326,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,17	3,21	14,00	13,10	82,20
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40
	3-е блюдо	348	Компот из плодов и ягод сушеных (курага)	200	14,19	0,48	0,10	33,00	135,00
				Итого обед	800	96,38	25,94	37,45	106,30
			Итого за день	1572,00	219,00	43,13	67,47	208,06	1499,10

* Согласно приложения №9 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 вес фруктов не менее 100гр

* Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

*Свежие фрукты и овощи могут меняться в соответствии с сезонностью

** Согласно приложения № 11 к СанПиН2.3/2.4.3590-20 замена яйцо куриное (1шт) может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства _____ Порожнякова Л.Д.

Начальник лагеря _____