

«Согласовано»
Начальник ЛОУ СОЩ №

Утверждено

ИП Г. Лухов Д.В.

ИП Г. Лухов Д.В.

Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 07 ИЮНЯ 2023г.

Меню питания детей в летнем оздоровительном лагере

на 08 ИЮНЯ 2023г.

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,к кал	
				Б	Ж	У	К	К
№181сб. Могильного	Каша жидкая манная молочная с маслом	200/5	11,55	2,65	9,8	20,5	267,85	
№15	Сыр Российский	10	6,05	3,48	4,43	0,0	54,6	
№14	Масло сливочное	10	6,30	0,10	8,20	0,10	75,00	
№	Вафли «Чудо»	1/40	18,00	0,60	0,10	59,80	75,00	
№338	Яблоко сезонное калиброванное	120	9,60	0,4	0,4	10,3	44	
№376	Чай с сахаром	200/15	1,45	4,51	1,14	7,71	57,33	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	
Итого завтрак		575	54,50	13,58	24,71	110,95	638,10	
			ОБЕД					
№112	Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	6,51	7,13	7,40	15,50	160,00	
№295/31	Котлета рубленая из птицы (грудка)	90	27,73	13,68	20,3	13,3	146,2	
№171	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	11,79	3,23	5,22	34,74	223,2	
№389	Сок фруктовый	200	10,00	1,00	0,20	20,20	92,00	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	
Итого обед:		810	59,13	29,21	34,06	93,07	745,65	
Итого за день:		1385	113,63	42,79	58,77	204,02	1383,75	

Завтрак

№ рецептуры	Наименование блюда	Выход,г	Цена,	Пищевые в-ва,г			Энерг. Ценность,к кал	
				Б	Ж	У	К	К
№70	Помидор свежий	60	6,60	0,72	0,12	2,76	15,60	
№11	Икра кабачковая	60	7,31	1,40	4,80	8,50	78,00	
№204	Макаронные отварные с сыром	150/40	30,46	18,46	15,6	38,2	343,5	
№	Печенье "Чоко-пай"	50	14,00	0,60	0,10	59,80	75,00	
№379	Сок фруктовый	200	10,00	0,00	0,00	14,00	28,00	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,84	0,64	12,54	64,32	
Итого завтрак		530	69,92	23,02	21,26	135,80	604,42	
			ОБЕД					
№70	Огурец свежий	60	5,28	0,48	0	2,04	9,6	
№99	Суп овощной со сметаной	250	10,23	1,75	8,98	14,25	105,70	
№295/31	Шницель из говядины	90	36,23	13,99	10,39	14,13	205,8	
№171	Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	150	5,79	6,8	9	32,9	265,8	
№338	Банан свежий калиброванный	220	30,80	2,85	0,00	24,80	140,20	
№376	Компот из сухофруктов	200	4,38	0,04	0,00	24,76	94,20	
х/к	Хлеб пшеничный	30	1,55	1,20	0,40	8,30	42,85	
х/к	Хлеб ржаной (Ржано-пшеничный)	30	1,55	2,97	0,54	1,03	81,40	
Итого обед:		800	95,81	29,60	29,31	120,17	935,95	
Итого за день:		1330	165,73	52,62	50,57	255,97	1540,37	