



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 05.06.2023
для пришкольного лагеря

прием пищи	раздел	№реп.	Блюдо	Выход ,г	цена	Пищевые вещества			Энергет. Ценность	
						белки	жиры	углеводы		
завтрак	пром.произ-во	14	Масло сливочное крестьянское	10	9,39	0,10	7,25	0,14	66,20	
	пром.произ-во	15	Сыр Российский	21	21,40	5,06	6,38	0,00	79,64	
	гор. блюдо	173	Каша вязкая молочная из хлопьев "Геркулес"200/10/10	220	24,92	8,24	12,20	47,00	331,00	
	хлеб		Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20	
	хлеб		Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40	
	гор.напиток	379	Кофейный напиток с молоком	200	15,68	3,35	2,60	26,40	133,40	
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (яблоко)	130	13,10	0,52	0,52	11,44	61,10	
			Итого завтрак	631	88,44	21,60	43,17	107,96	799,94	
	обед	закуска	71	Овощи солёные (огурец)	60	13,33	0,48	0,06	1,02	7,80
		1-е блюдо	82	Борщ с капустой и картофелем и сметаной 250/10	260	11,70	1,69	4,91	14,80	110,00
2-е блюдо		268	Виточки из говядины с маслом 100/5	105	85,28	23,00	23,80	12,00	354,00	
гарнир		202	Макароны отварные	180	9,89	6,60	4,33	37,50	215,00	
хлеб			Хлеб пшеничный	30	2,29	3,21	14,00	13,10	82,20	
хлеб			Хлеб ржаной-пшеничный	20	1,66	1,12	0,22	9,88	46,40	
3-е блюдо			Компот из смеси сухофруктов	200	6,41	0,45	0,00	28,90	117,00	
			Итого обед	855	130,56	36,55	47,32	117,20	932,40	
		Итого за день	1486	219,00	58,15	90,49	225,16	1732,34		

* Согласно приложения № 11 к СанПиН 12.3/2.4.3590-20 замена свежих фруктов может производиться в соответствии с таблицей

Зав.производства  Найманова К.В.

Начальник лагеря 



Утверждаю
Директор ООО "Дружба"

Марьева Т.П.



Утверждаю
Директор МБОУ СОШ № 31

Золотухина Т.А.

Меню на 06.06.2023
для пришкольного лагеря

прием пищи	раздел	№рецип	Блюдо	Выход, г	цена	Пищевые вещества			Энергет. Ценность
						белки	жиры	углеводы	
завтрак	пром.произ-ва	14	Масло сливочное	10	9,39	0,10	7,25	0,10	66,20
	пром.произ-ва	15	Сыр Российский	26	25,56	5,98	7,54	0,00	94,12
	гор.блюдо	173	Каша вязкая молочная рисовая 200/10/10	220	28,92	5,81	9,00	48,70	299,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,05	4,28	18,67	17,47	109,60
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,49	1,68	0,33	14,82	69,60
	гор.напиток	377	Чай с лимоном 200/15/7	222	3,50	0,44	0,00	13,90	57,60
	сладкое блюдо	338	Фрукты свежие (апельсин)	200	28,80	1,80	0,40	16,20	86,00
			Итого завтрак	748	101,71	20,09	43,19	111,19	782,12
обед	закуска	71	Овощи свежие (помидор)	60	8,83	0,66	0,10	2,28	14,40
	1-е блюдо	102	Суп картофельный с горохом	250	7,41	5,25	5,27	23,3	162
	2-е блюдо	290	Птица, тушенная в соусе 100/100	200	71,91	35,00	12,00	6,36	271,00
	гарнир	302	Каша гречневая рассыпчатая	180	14,55	10,30	7,29	46,30	292,00
	хлеб		Хлеб пшеничный	40	3,05	4,28	18,67	17,47	109,60
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный	30	2,49	1,68	0,33	14,82	69,60
	3-е блюдо	348	Компот из сушеных ягод и плодов (изюм)	200	9,05	0,48	0,10	33,00	135,80
			Итого обед	960	117,29	57,65	43,76	143,53	1054,40
			Итого за день	1708	219,00	77,74	86,95	254,72	1836,52

* 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

Зав.производства  Найманова К.В.

Начальник лагеря 