

СОГЛАСОВАННО НАЧАЛЬНИК ЛАГЕРЯ
МИРОНОВА НАТАЛЬЯ ВИКТОРОВНА

УТВЕРЖДАЮ ДИРЕКТОР ООО "ВАРИАНТ-8"
ПОЛЯКОВА Н.Н.

**Примерное 10-ти дневное меню по организации горячего питания детей
пребывающих в пришкольных лагерях.**

№ РАСК. СБ.Р.	ВЫХОД	НАИМЕНОВАНИЕ	К/КАЛ	БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВ
		ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
		ОБЕД				
43/2011	60	Салат из овощей	53,880	1,600	6,430	6,200
54-2с-2020/2021	200	Борщ с капустой и картофелем	88,080	1,540	3,830	9,850
259/2011	240	Жаркое по домашнему	567,600	19,940	16,450	77,450
54-2гн-2020/2021	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500
ПР	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560
ИТОГО:	730		804,760	25,660	27,100	113,560
		ДЕНЬ: ВТОРНИК				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
		ОБЕД				
54-13з-2020/2021	60	Салат из свежеты отварной	45,600	0,840	2,100	5,202
54-7с-2020/2021	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	116,00	3,520	8,160	18,120
234/2011	90	Котлеты рыбные	339,960	15,690	12,340	35,740
54-11г-2020/2021	150	Картофельное пюре	145,800	3,100	6,000	19,700
54-4хн-2020/2021	200	Компот из изюма	75,800	0,400	0,100	18,400
ПР	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560
ИТОГО:	730		791,560	25,930	29,090	110,722
		ДЕНЬ: СРЕДА				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
		ОБЕД				
54-6з-2020/2021	60	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	73,400	5,300	6,600	2,200
88/2011	200	Щи из свежей капусты с картофелем	71,800	1,412	3,960	6,322
278/2011	110	Тефтели	348,000	13,170	10,610	44,850
54-6г-2020/2021	150	Рис отварной	208,700	3,600	5,400	36,400
54-1хн-2020/2021	200	Компот из смеси сухофруктов	81,000	0,500	0,000	19,800
ПР	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560
ИТОГО:	750		851,300	26,362	26,960	123,132
		ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ				
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ				
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				

		ОБЕД					
	60	Салат "Витаминный"	92,94	1,56	3,74	13,29	
	200	Рассольник ленинградский	137,37	3,968	9,624	20,776	
	90	Биточек из курицы	302,520	15,280	7,263	41,110	
	150	Картофельное пюре	145,800	3,100	6,000	19,700	
	200	Компот из брусники	32,700	0,100	0,100	7,900	
	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560	
	730		779,730	26,388	27,117	116,336	
		ИТОГО:					
		ДЕНЬ: ПЯТНИЦА					
		НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ОБЕД					
	60	Салат из белокочанной капусты	85,700	1,600	6,100	6,200	
	200	Суп картофельный с горохом	83,600	4,180	8,015	10,940	
	90	Комплеты	271,962	11,320	4,077	30,290	
	150	Каша гречневая рассыпчатая	238,900	8,200	6,900	35,900	
	30	Соус красный основной	21,930	0,990	0,810	2,670	
	200	Компот из свежих плодов	114,600	0,160	0,160	27,880	
	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560	
	760		885,092	28,830	26,452	127,440	
		ИТОГО:					
		ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ОБЕД					
	60	Салат из свежих помидоров и огурцов	37,600	0,600	3,100	1,800	
	200	Щи из свежей капусты с картофелем	71,800	1,412	3,960	6,322	
	100	Гуляш	408,000	18,640	15,190	66,890	
	150	Макароны отварные	202,000	5,300	5,500	28,700	
	200	Чай с сахаром	26,800	0,200		6,500	
	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560	
	740		814,600	28,532	28,140	123,772	
		ИТОГО:					
		ДЕНЬ: ВТОРНИК					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					
		ОБЕД					
	80	Винегрет с растительным маслом	89,50	1,000	7,100	5,400	
	200	Суп картофельный с горохом	83,600	4,180	8,015	10,940	
	90	Комплеты из курицы	365,720	16,180	7,947	55,809	
	150	Картофельное пюре	145,800	3,100	6,000	19,700	
	200	Компот из брусники	32,700	0,100	0,100	7,900	
	30	Хлеб ржаной	68,400	2,380	0,390	13,560	
	750		785,720	26,940	29,552	113,309	
		ИТОГО:					
		ДЕНЬ: СРЕДА					
		НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ					
		ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ					

		ОБЕД			
		85,700	1,600	6,100	6,200
	Салат из белокачанной капусты	137,37	3,968	9,624	20,776
	Рассольник пенноградский	243,000	11,940	4,120	23,510
	Птица тушеная в соусе	238,900	8,200	6,900	35,900
	Каша гречневая рассыпчатая	81,000	0,500	0,000	19,800
	Компот из смеси сухофруктов	68,400	2,380	0,390	13,560
	Хлеб ржаной	854,370	28,588	27,134	119,746
	ИТОГО:				
	ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ				
	НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ				
	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
	ОБЕД				
		53,880	1,600	6,430	6,200
		88,080	1,540	3,830	9,850
	Салат из овощей	567,600	19,940	16,450	77,450
	Борщ с капустой и картофелем	26,800	0,200		6,500
	Жаркое по домашнему	68,400	2,380	0,390	13,560
	Чай с сахаром	804,760	25,660	27,100	113,560
	Хлеб ржаной				
	ИТОГО:				
	ДЕНЬ: ПЯТНИЦА				
	НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ				
	ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: 7-11 ЛЕТ				
	ОБЕД				
		99,96	5,450	3,610	1,410
		71,800	1,412	3,960	6,322
	Салат из свежих огурцов	408,000	18,640	15,190	66,890
	Щи из свежей капусты с картофелем	208,700	3,600	5,400	36,400
	Гуляш	26,800	0,200		6,500
	Рис отварной	68,400	2,380	0,390	13,560
	Чай с сахаром	883,660	31,682	28,550	131,082
	Хлеб ржаной	8255,552	274,572	277,195	1192,659
	ИТОГО:				
	ВСЕГО:				

Рекомендуемое меню разработано согласно сборника рецептов на продукцию для обучающихся во всех общеобразовательных учреждениях/Под редакцией М.П. Могилевского и В.А. Тутельяна, 2011 год; сборника рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций, 2021 год

БУХГАЛТЕР: