

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение **СОШ №43**

Согласовано:

Согласовано:

Утверждено



Директор МБОУ

Начальник пришкольного лагеря с дневным пребыванием

Директор ООО "Сити-ПРО"

К.В. Подойницына

" " 202 г.

М.П.

МЕНЮ

для организации питания детей в лагере с дневным пребыванием

« » июня 202 г.

8 день

№ рецептуры	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (МГ)			
			Белки	Жиры	Углеводы		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
120	Суп молочный с вермишелью	200	4,38	3,79	14,36	120,00	0,07	0,66	26,40	1,34	130,40	109,50	21,34	0,52
424	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,03	0,00	100,00	104,00	22,00	76,80	4,80	1,00
	Хлеб пшеничный	50	1,65	0,30	8,35	43,50	0,00	0,00	0,00	0,35	17,00	49,50	2,75	0,24
377М	Чай с лимоном	200	0,05	0,01	9,17	37,96	0,00	2,50	0,00	0,01	7,35	9,56	5,12	0,88
	Итого	490	11,16	8,70	32,16	264,46	0,10	3,16	126,40	105,70	176,75	245,36	34,01	2,64
Количество детей														
Второй завтрак														
	Кондитерское изделие (печенье/пряник)	30	1,59	5,85	13,82	114,29	0,004	0	5,8	0	1,91	3,8	0,9	0,1
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	10,49	52,00	0,00	0,03	0,00	0,00	10,50	2,63	1,37	0,29
	Итого	230	1,65	5,87	24,31	166,29	0,00	0,03	5,80	0,00	12,41	6,43	2,27	0,39
Количество детей														
Обед														
20	Салат из свежих овощей с маслом	60	0,45	3,61	1,41	39,96	0,016	2,82	0,00	0,17	13,39	23,75	7,91	0,34
110/2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	1,45	3,93	10,19	82,00	0,04	8,23	146,00	0,09	65,50	72,58	21,00	0,95
488/2	Котлета из говядины с соусом	75/20	15,28	0,82	4,54	36,55	0,12	7,26	21,90	0,66	29,14	211,63	29,08	1,95
302М	Рис припущенный	150	3,81	3,08	40,01	202,95	0,04	0,00	14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,50	22,15	117,50	0,13	0,00	0,00	0,65	91,00	77,50	4,5	0,5
639/2	Компот их смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,00	0,40	0,00	0,20	51,82	45,4	0,6	0,25
	Итого	745	25,38	11,96	106,07	591,96	0,35	18,71	181,90	2,02	256,56	513,02	90,12	4,54
Количество детей														
ИТОГО за день		1465	38,20	26,53	162,54	1022,71	0,45	21,90	314,10	107,72	445,72	764,81	126,40	7,58
Количество детей за день														



Согласовано:

Директор МБОУ

М.П.

МБОУ СОШ № 43

Л.Л. Таронкина

202 г.

*Министерство образования и науки Российской Федерации
Министерство здравоохранения Российской Федерации
Согласовано:*

Начальник пришкольного лагеря с
дневным пребыванием

Л.Л. Мисюва

202 г.

Утверждаю

Директор ООО "Сити-ПРО"

К.В. Подойницына

" " 202 г.

М.П.

МЕНЮ

для организации питания детей в лагере с дневным пребыванием

« » июня 202 г.

10 день

№ рецептур ы	Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетичес кая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (МГ)			
			Белки	Жиры	Угледо ды		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
Завтрак														
210	Омлет натуральный	150	16,17	28,80	3,06	336,00	0,12	0,30	376,50	4,32	119,58	261,90	18,72	3,06
	Горошек зеленый консервированный	20	0,62	0,04	1,30	8,00	0,02	2,00	0,00	0,04	4,00	12,40	4,20	0,14
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,50	22,15	117,50	0,13	0,00	0,00	0,65	91,00	77,50	4,5	0,5
705/2	Чай с шиповником	200	0,17	0,07	13,39	58,09	0,00	50,00	40,85	0,19	3,00	0,85	0,85	0,18
	Итого	410	20,91	29,41	39,90	519,59	0,27	52,30	417,35	5,20	217,58	352,65	28,27	3,88
Количество детей														
Второй завтрак														
	Фрукт	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10
	Итого	100	0,80	0,20	7,50	38,00	0,06	38,00	0,00	0,20	35,00	17,00	11,00	0,10
Количество детей														
Обед														
94К	Салат Мозаика	60	1,91	4,00	6,09	68,24	0,06	6,90	18,75	1,48	13,55	43,88	15,25	0,60
87М	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	1,57	3,12	5,82	58,47	0,05	28,00	0,00	1,47	37,10	31,75	15,10	0,57
259М	Жаркое по-домашнему с курицей	300	14,78	22,27	20,81	343,63	0,59	27,05	0,00	2,74	26,29	215,98	51,67	2,90
	Хлеб пшеничный	40	3,95	0,50	22,15	117,50	0,13	0,00	0,00	0,65	91,00	77,50	4,5	0,5
639/2	Компот их смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,77	113,00	0,00	0,40	0,00	0,20	51,82	45,4	0,6	0,25
	Итого	800	22,65	29,91	82,64	700,84	0,83	62,35	18,75	6,54	219,76	414,51	87,12	4,82
Количество детей														
	ИТОГО за день	1310	44,36	59,52	130,04	1258,43	1,16	152,65	436,10	11,94	472,34	784,16	126,39	8,80
Количество детей за день														