

Пятидневное меню приготавливаемых блюд для питания обучающихся в школьном лагере с 7-11 лет

Утверждаю:

Начальник школьного лагеря:

М.В.Гришина

День 4, 02.11.2023

ЗАВТРАК

Наименование блюда	Вес блюда	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Сборник рецептов	№Рецептуры
			белки	жиры	углеводы			
			г.	г.	г.			
Оладьи с повидлом	150	21,26	9,20	9,60	46,60	310,60	Сборник рецептов 2011	448, ТТК №12
Фрукты (Груша)	120	44,55	0,4	0,4	9,8	47	Сборник рецептов 2013	9
Какао с молоком	200	16,80	4,60	4,30	12,40	106,70	НИИ гигиены 2020	54-7гн-2020
Батон нарезной	70	6,64	5,60	0,70	37,10	175,00	Сборник рецептов 2012	125
Итого за Завтрак	560,00	89,25	19,80	15,00	105,90	639,30		

ОБЕД

Суп картофельный с горохом	250	5,25	3,60	6,50	12,10	121,00	НИИ гигиены 2020	54-8с-2020, ТТК №12
Картофельное пюре	180	14,50	3,60	6,84	28,44	189,96	НИИ гигиены 2020	54-11г-2020
Рыба тушеная с овощами	120	31,98	6,00	6,36	42,00	249,60	НИИ гигиены 2020	54-1г-2020
Компот из ягод (смородина)	200	4,73	0,30	0,10	8,40	35,40	НИИ гигиены 2020	54-8хн-2020
Хлеб ржано-пшеничный пеклеванный	30	1,99	2,50	0,50	12,70	66,10	Сборник рецептов 2013	8
Хлеб пшеничный формовой белый 1 сорт	30	2,30	2,40	0,30	14,60	72,60	Треб.по орг.питания 2012	13003
Итого за Обед	870	58,45	16,00	20,30	103,64	662,06		
Итого за день		65,09	21,60	21,00	140,74	837,06		
ИП Чернецкая С.Д.						шеф-повар	Г.А.Коломинова	