

Утверждаю
Начальник лагеря



Трошкин А.А.

ИП Хе А.
столовая №1

Меню на 13.07.2021г.

Завтрак 7-11 лет

№	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергет. цен	№ рецепт	Цена
			Б	Ж	У			
1	Плов из курицы	50/150	12,7	7,85	26,8	299	291	40,18
2	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,6	56	376	5,2
3	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	61,5	ПР	5,37
4	Сыр	20	4,64	5,9	0	71,66	15	15,73
5	Вафли	100	4,5	29	63	530	ПР	21,63
5								
		Итого:				1018,16		88,11
Обед 7-11 лет								
1	Помидоры в с/соку	90	1,12	0,01	2,7	20	71	30,62
2	Свекольник с мясом говядины и сметаной	200/12,5/10	3,1	5,9	3,8	219,1	ПР	50,03
3	Котлета мясная	80	12,3	21,7	11	287,1	268	61,19
4	Каша рассыпчатая перловая	150	4,64	7,79	32,90	220,00	171	6,97
5	Соус сметанный с томатом	50	1,99	4	7,1	40,5	331	9,41
6	Компот из консервированных плодов	200	0,44	0	3,13	129	347	25,06
7	Хлеб пшеничный	2/50	2,28	0,24	14,76	61,5	ПР	10,74
8	Хлеб ржаной	2/50	3,36	0,66	29,6	137,94	ПР	9,3
9	Груша	120	0,6	0,6	17,7	70,5	ПР	27,49
		Итого:				1185,64		230,81
		Итого за день:				2203,8		318,92

Завтрак 12 и старше

1	Плов из курицы	50/200	12,9	12,5	27,9	332	291	45
2	Чай с сахаром	200	0,2	0	13,6	56	376	5,2
3	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,76	61,5	ПР	5,37
4	Сыр	20	4,64	5,9	0	71,66	15	15,73
5	Вафли	100	4,5	29	63	530	ПР	21,63
6								
		Итого:				1051,16		92,93

Обед 12 и старше

1	Помидоры в с/соку	80	0,87	0,1	1,4	11,62	71	24,76
2	Свекольник с мясом говядины и сметаной	250/12,5/10	3,8	6,4	4,1	236	ПР	52,67
3	Котлета мясная	80	12,3	21,7	11	287,1	268	61,19
4	Каша рассыпчатая перловая	180	5,9	8,3	37,60	285,00	171	7,78
5	Соус сметанный с томатом	50	1,99	4	7,1	40,5	331	9,41
6	Компот из консервированных плодов	200	0,44	0	3,13	129	347	25,06
7	Хлеб пшеничный	2/50	2,28	0,24	14,76	61,5	ПР	10,74
8	Хлеб ржаной	2/50	3,36	0,66	29,6	137,94	ПР	9,3
9	Груша	110	0,6	0,6	17,7	70,5	ПР	25,08
		Итого:				1259,16		225,99
		Итого за день:				2310,32		318,92

Зав.производством

Е.А. Лысова

Лысова Е.А.