

Утверждаю:

Начальник лагеря



Раздобреева С.В.

Меню на 28.07.2021г.

Завтрак 7-11 лет

ИП Хе А.

столовая №1

№	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энерге т.цен	№ рецепт	Цена
			Б	Ж	У			
1	Горошек консервированный	80	1,55	0	3,01	18	ПР	25,17
2	Омлет натуральный	135/5	11,7	16,8	2,3	296,1	210	51,55
3	Ряженка	200	5,8	5	8	100	386	23,04
4	Сыр	20	4,64	5,9	0	71,66	15	15,73
5	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,8	61,5	ПР	5,37
6	Печенье	40	0,85	1,13	6,4	46,05	ПР	8,84
		<b>Итого:</b>				<b>593,31</b>		<b>129,7</b>
<b>Обед 7-11 лет</b>								
1	Огурец свежий	80	0,8	0	3,1	51	71	14,4
2	Свекольник с мясом говядины и сметаной	200/12,5/10	3,1	5,9	3,8	219,1	ПР	48,55
3	Котлета мясная	100	12,3	21,7	11	287,1	268	51,7
4	Картофельное пюре	150	3,08	2,33	19,1	109,73	312	21,08
5	Кисель п/я	200	0,2	0	94	141	352	7,83
6	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,8	61,5	ПР	5,37
7	Хлеб ржаной	50	3,36	0,66	29,6	137,94	ПР	4,65
8	Банан	220	1,5	0,5	21	96	338	35,64
		<b>Итого:</b>				<b>1103,4</b>		<b>189,22</b>
		<b>Итого за день:</b>				<b>1696,7</b>		<b>318,92</b>

**Завтрак 12 и старше**

1	Горошек консервированный	60	1,55	0	3,01	18	ПР	19,96
2	Омлет натуральный	150/5	17,3	34,1	7,8	265	210	56,54
3	Ряженка	200	5,8	5	8	100	386	23,04
4	Сыр	20	4,64	5,9	0	71,66	15	15,73
5	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,8	61,5	ПР	5,37
6	Печенье	40	0,85	1,13	6,4	46,05	ПР	8,84
		<b>Итого:</b>				<b>562,21</b>		<b>129,48</b>

**Обед 12 и старше**

1	Огурец свежий	70	0,8	0	3,1	51	71	13,9
2	Свекольник с мясом говядины и сметаной	250/12,5/10	3,8	6,4	4,1	236	ПР	50,92
3	Котлета мясная	100	12,3	21,7	11	287,1	268	51,7
4	Картофельное пюре	180	3,69	2,79	23	131,67	312	26,2
5	Кисель п/я	200	0,2	0	94	141	352	7,83
6	Хлеб пшеничный	50	2,28	0,24	14,8	61,5	ПР	5,37
7	Хлеб ржаной	50	3,36	0,66	29,6	137,94	ПР	4,65
8	Банан	200	1,5	0,5	21	96	338	28,87
		<b>Итого:</b>				<b>1142,2</b>		<b>189,44</b>
		<b>Итого за день:</b>						<b>318,92</b>

Зав.производством

Лысова Е.А.