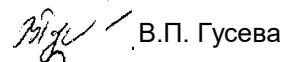


"Утверждено"

Генеральный директор

ООО "Школьное питание"

 В.П. Гусева

"Утверждено"

Начальник лагеря

Примерное меню питания учащихся летних пришкольных лагерей Заинского района С 21.06.2021г. ПО 22.06.2021
г.

Стоимость питания Младшие
156,52руб./день;

№ рец	Время приема пищи, Наименование блюд	Масса порции, г	Цена, руб.	Пищевые вещества (гр)			Энерг. ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества, мг			
				Младшие		Белки	Жиры	Углеводы	Младшие	B1	A	C	E	Са	P
		Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие	Младшие
	Пн, 21 июня 21		177,49	50,5	56,5	143,5	1 284,38	0,76	42,42	198,44	2,54	387,87	925,37	222,09	12,01
	Завтрак		85,87	24,14	31,91	52,38	593,22	0,25	10,73	102,65	1,33	227,7	427,88	58,29	5,41
	Питьевая вода	500	16,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Десерт фруктовый Апельсин	170	15,58	1,53	0,00	14,28	63,24	0,07	0,00	102	0,37	57,8	39,1	22,1	0,51
	Омлет натуральный с маслом	200/10	44,77	17,68	30,1	0,27	342,67	0,11	9,63	0,00	0,91	94,1	298,88	18,69	3,88
692/04	Кофеинный напиток	200	7,15	2,65	1,54	22,92	116,12	0,02	1,1	0,65	0,05	68	65	7	0,54
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Обед		91,62	26,36	24,59	91,12	691,16	0,51	31,69	95,79	1,21	160,17	497,49	163,8	6,6
	Огурец свежий порциями	75	11,33	0,61	0,08	1,91	10,79	0,02	0,01	7,65	0,08	17,6	32,13	10,71	0,46
110/2004	Борщ из св. капусты с карт. мясн. фрик. (Останк.)	250/25	24,88	7,98	8,38	13,62	161,86	0,1	28,18	30,62	0,59	51,39	161,95	45,54	2,07
	Котлеты рыбные "Морячка"	100	27,14	8,84	9,7	4,85	142,01	0,06	0,02	1,19	0,16	13,12	96,67	30,21	0,57
520/04	Пюре картофельное	180	17,92	4,23	5,54	19,45	144,52	0,27	3,46	51,78	0,29	62,67	176,84	63,21	2,11
ттк№271н	Компот "Плодово-ягодный" из свеж.ябл. витаминизир.	200	5,87	0,18	0,18	19,06	78,59	0,01	0,02	4,55	0,09	7,59	5	3,63	0,91
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	40	2,33	2,24	0,44	17,32	82,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Вт, 22 июня 21		134,32	39,49	48,45	195,56	1 376,25	0,65	42,12	74,26	3,13	336,37	631,78	169,52	11,1
	Завтрак		52,72	11,22	12,28	70,81	438,65	0,21	8	18,42	0,95	238,93	219,99	59,23	5,47
	Питьевая вода	500	16,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Десерт фруктовый Яблоко-	163	15,51	0,65	0,65	14,67	67,16	0,05	0,08	16,3	0,33	27,22	17,93	13,04	3,26
262/96;311/0-	Каша молочная манная (жидкая) с маслом	200/10	14,84	6,64	10,11	33,77	252,61	0,09	6,82	1,37	0,57	138,96	123,91	24,29	0,86
TTK - 437	Чай полусладкий с молоком	200	4,00	1,65	1,25	7,46	47,69	0,02	1,1	0,75	0,05	64,95	53,25	11,4	0,87
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Обед		81,60	28,27	36,17	124,75	937,6	0,44	34,12	55,84	2,18	97,44	411,79	110,29	5,63
14/10	Салат из св.помидоров	100	17,04	1,21	6,05	4,49	77,27	0,06	0,00	21,24	0,34	21,05	35,8	18,83	0,91
132/04	Рассольник ленинградский с цыплятами	250/25	16,18	7,86	6,47	13,47	143,58	0,17	29	27,81	0,3	29,43	143,67	43,61	1,87
TTK-739к	Котлеты "Татарские" с маслом	2/50/5	32,59	8,11	17,68	6,27	216,63	0,05	2,25	0,37	0,22	13,6	147,41	25,2	1,23
516/04	Макаронные изделия отварные	180	6,56	6,43	5,24	43,85	248,26	0,1	2,84	0,00	1,29	19,15	56,48	10,22	1,04
ттк-950	Напиток "Лимонный"витаминиз.	200	4,75	0,14	0,02	24,44	98,47	0,01	0,03	6,42	0,03	6,41	3,53	1,93	0,1
	Хлеб "Рябинушка"	1/30	2,15	2,28	0,27	14,91	71,19	0,05	0,00	0,00	0,00	7,8	24,9	10,5	0,48
	Хлеб "Дарницкий"	40	2,33	2,24	0,44	17,32	82,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Итого		311,81	89,99	104,95	339,06	2 660,63	1,41	84,54	272,7	5,67	724,24	1 557,15	391,61	23,11

	Масса порции, гр	Цена, руб.	Пищев ые вещест ва (гр)	Пищев ые вещест ва (гр)	Пищев ые вещест ва (гр)	Энерг. ценнос ть (ккал)	Витами ны (мг)	Витами ны (мг)	Витами ны (мг)	Витами ны (мг)	Минера льные вещест ва (мг)	Минера льные вещест ва (мг)	Минера льные вещест ва (мг)	Минера льные вещест ва (мг)
	Младш ие	Младш ие	Белки	Жиры	Углево ды	Младш ие	B1	A	C	E	Ca	P	Mg	Fe
	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие		Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие	Младш ие
ИТОГО ЗА 2 дней		311,81	92,40	94,80	369,60	2700,00	1,40	1,08	84,00	12,00	1200,00	1200,00	360,00	18,66
В среднем в день:		155,91	46,20	47,40	184,80	1 350,00	0,70	0,54	42,00	6,00	600,00	600,00	180,00	9,33

Зам. директора по производству и качеству

Г.Н. Мартынова

Зав. Производством:

Экономист по ценам

А. Р. Хамидуллина

Мед. Работник:

Зам. начальника производственного отдела

Ю.В. Будилова