

"УТВЕРЖДАЮ"

Начальник оздоровительного лагеря

30.06.2021



Меню школьного оздоровительного лагеря завтраков и обедов 2021 года
М ОУ _____ № _____

30.06.2021 год

21 день

Завтрак для детей оздоровительного лагеря

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
395/2005	Вареники из полуфабриката промышленного производства	1/200	35,48
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,18
ИТОГО СТОИМОСТЬ			36,66

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
28,9	15,03	92,64	620,2	1579,9	110,3	68,8	331,7	3,79	0,16	0,2	0,8	10,6	22,4

Обед для детей оздоровительного лагеря

21 день

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена
88/2005	Щи из свежей капусты с картофелем	1/250	5,12
292	Птица ,тушеная в соусе с овощами	75/75	34,11
331	Соус сметанный с томатом	1/75	4,70
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,05
г/п	Хлеб пшеничный	1/20	0,94
г/п	Хлеб ржаной	1/20	1,26
г/п	Мороженное Сливочное без РД «Пломбир»	1/90	43,32
ИТОГО СТОИМОСТЬ			95,50

Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
41,89	74,84	96,25	1228,66	1751,7	278,0	139,9	557,9	4,76	0,14	0,31	0,53	11,75	59,7

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ Звягина Е.В. /

"УТВЕРЖДАЮ"

Начальник оздоровительного лагеря

29.06.2021



Меню школьного оздоровительного лагеря завтраков и обедов 2021 года

М ОУ _____ № _____

29.06.2021 год

Завтрак для детей оздоровительного лагеря

20 день

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена											
172/2005	Хлопья кукурузные с молоком	1/200	17,36											
3	Бутерброд с маслом сливочным	1/40	7,68											
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,18											
ИТОГО СТОИМОСТЬ			26,22											
Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность		Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды	ккал	К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
16,04	8,32	115,82	322,628	308,4	221,24	37	173	2,83	0	0,18	0	0,46	3,35	

Обед для детей оздоровительного лагеря

20 день

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена											
71	Огурцы свежие	1/20	2,77											
103/2005	Суп картофельный с макаронными изделиями	1/250	6,02											
268	Биточки из мяса говядины	50	18,54											
171	Каша гречневая рассыпчатая	1/180	10,99											
349	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,05											
г/п	Хлеб пшеничный	1/20	0,94											
г/п	Хлеб ржаной	1/20	1,26											
г/п	Фрукты свежие (апельсин)	1/200	18,37											
ИТОГО СТОИМОСТЬ			64,94											
Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность		Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды	ккал	К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
29,4862	16,84	157,91	810,3598	1352,42	182	195,4	490,9	9,94	26,0	0,14	0,12	6,07	223,7	

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ Звягина Е.В. /

"УТВЕРЖДАЮ"
 Начальник оздоровительного лагеря
 Сидурова Н.В.
 28.06.2021



Меню школьного оздоровительного лагеря завтраков и обедов 2021 года
 М_ОУ _____ № 5

28.06.2021 год

19 день

Завтрак для детей оздоровительного лагеря

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена														
г/п	Икра кабачковая	1/50	5,83														
209	Яйцо вареное	1/40	7,91														
376	Чай с сахаром	1/200/15	1,18														
г/п	Хлеб пшеничный	1/30	1,41														
ИТОГО СТОИМОСТЬ			16,33														
Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность					Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)				
Белки	Жиры	Углево-ды	ценность		(ккал)		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C	
6,13	9,05	18,85	179,9				226,4	45,4	14,5	99,4	1,75	0	0	0	0	3,5	

Обед для детей оздоровительного лагеря

19 день

№ по справочнику	Наименование блюда	Выход г,мл	Цена													
82	Борщ с капустой и картофелем	1/250	6,09													
302/2005	Каша пшеничная рассыпчатая	1/180	6,54													
234/2005	Котлета рыбная (из филе)	50/5	16,15													
868/2009	Компот из смеси сухофруктов	1/200	6,05													
71	Огурцы свежие	1/20	2,77													
г/п	Хлеб пшеничный	1/20	0,94													
г/п	Хлеб ржаной	1/20	1,26													
ИТОГО СТОИМОСТЬ			39,80													
Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность		Минеральные вещества(мг)					Витамины(мг)						
Белки	Жиры	Углево-ды	ценность		(ккал)		К	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C
31,97	29,71	130,29	850,5238				1441,95	198,0	144,4	601,45	8,9	3,06	0,24	0,21	2,53	234,7

ИП ЗВЯГИНА Н.И.

ПОВАР - БРИГАДИР

ЭКОНОМИСТ ПО ЦЕНАМ



/ Звягина Е.В. /