

ООО "ЕДИНАЯ СЕТЬ ПИТАНИЯ СЕВЕРО-ЗАПАД"



Директор

Ежедневное меню рационов горячего питания (завтрак, обед, полдник)  
для обеспечения питанием детей и подростков (7-11 лет) в детском оздоровительном лагере с дневным пребыванием

" 5 мая 2024 г

10 день

Наименование	Выход, г	Сборник рецептур	№ технологической карты	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал.
<b>Завтрак</b>							
Яйцо вареное	40	2008	213	7,90	8,60	8,20	93,40
Каша жидкая гречневая молочная с маслом сливочным	180	2017	183	8,35	9,68	33,14	275,00
Чай с сахаром (1 вариант)	200	2016	420	0,14	0,04	10,02	42,00
Груши	100	2016	396	0,40	0,30	10,30	46,00
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	1,93	0,75	12,53	65,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>545</b>			<b>18,72</b>	<b>19,37</b>	<b>74,19</b>	<b>521,40</b>
<b>Обед</b>							
Салат "Школьные годы"	60	2008	29	0,66	6,07	10,87	65,00
Суп картофельный с рыбой	200/20	2017	97	4,93	5,13	15,99	134,00
Куриное филе запеченное	90	2016	320	17,60	11,75	0,48	195,00
Кабачки, тушеные в сметанном соусе	150	2008	348	1,29	3,31	16,35	79,00
Напиток из варенья	200	2008	439	0,08	0,04	26,10	106,00
Батон нарезной из муки высшего сорта с микронутриентами	25	ТК	1	1,93	0,75	12,53	65,00
Хлеб ржано-пшеничный обогащенный микронутриентами	40	ТК	2	2,64	0,48	15,80	78,00
Мармелад	30	ТК	14	0,45	2,76	19,26	104,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>815</b>			<b>29,58</b>	<b>30,29</b>	<b>117,38</b>	<b>826,00</b>
<b>Полдник</b>							
Шарлотка с яблоками	100	2022	1065	5,15	4,31	48,22	243,00
Сок персиковый	200	2016	484	0,45	0	24,75	101,00
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>300</b>			<b>5,60</b>	<b>4,31</b>	<b>72,97</b>	<b>344,00</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>53,90</b>	<b>53,97</b>	<b>264,54</b>	<b>1691,40</b>

Зав.производством С.В. Соколов Ф.В.

Калькулятор \_\_\_\_\_